



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES
DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE
VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO
JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

AUTORA

RIVERA AREVALO, SARA
ORCID: 0000-0001-6150-9060

ASESORA

DRA. VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA
ORCID: 0000-0001-5412-2968

CHIMBOTE - PERÚ

2022

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Rivera Arevalo, Sara

ORCID: 0000-0001-6150-9060

Universidad Católica Los Ángeles Chimbote, Estudiante de Pregrado

Chimbote – Perú

ASESORA

Vilchez Reyes, María Adriana

ORCID: 0000-0001-5412-2968

Universidad Católica Los Ángeles Chimbote, Facultad de Ciencias de la

Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote - Perú

JURADO

Cotos Alva, Ruth Marisol. Presidente

ORCID: 0000-0001-5975-7006

Urquiaga Alva, María Elena. Miembro

ORCID: 0000-0002-4779-0113

Cóndor Heredia, Nelly Teresa. Miembro

ORCID: 0000-0003-1806-7804

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESORA

DRA. COTOS ALVA, RUTH MARISOL

PRESIDENTE

DRA. URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA

MIEMBRO

DRA. CÓNDROR HEREDIA, NELLY TERESA

MIEMBRO

DRA. VILCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

ASESORA

DEDICATORIA

A Dios por regalarme un día de vida, por todas las bendiciones que me otorga siempre, y sobre todo por siempre darme las fuerzas necesarias para salir adelante y seguir luchando constantemente por mis sueños. Por regalarme a una hermosa familia que son mi sustento y mi motivo más grande para seguir creciendo.

A mis padres, por todo el apoyo que me brindan siempre, por nunca dejarme sola cuando más los necesite y sobre todo porque siempre me impulsan a seguir mis sueños, por todo el esfuerzo que han realizado durante todo este tiempo, sobre todo por nunca dejarme sola en todo el transcurso de mi carrera y siempre celebrar mis triunfos.

A mi hermanito Wilder que se encuentra en el cielo, por ser mi ángel y por siempre protegerme de todo, porque sé que, aunque no esté presente, sé muy bien que siempre me vigila y me proteges. Por ser mi compañero en esos instantes que solo necesite de un abrazo, y por ser aquella estrella más brillante que ilumina el cielo.

AGRADECIMIENTO

A Dios por regalarme la vida, porque gracias a él tengo muchas bendiciones, que, aunque no lo pueda ver, siento su presencia y sé que él vigila cada paso que doy, y sobre todo sé que cuando algo me va a dañar, él hace todo lo posible por protegerme y cuidarme ante toda adversidad.

A mi hermana Pamela, gracias por ser mi madre, mi amiga y sobre todo por los grandes consejos que brindas siempre. Estoy muy agradecida contigo hermanita porque siempre tuviste los gestos más lindos, por nunca dejarnos solos cuando más necesitábamos que nos protejas. Gracias por apoyarme y siempre impulsarme en todo lo que deseaba, por motivarme constantemente y siempre decirme que yo puedo y que no me rinda.

Agradecer a mi docente y asesora por el tiempo y la paciencia para conmigo por sus enseñanzas y consejos brindados, porque gracias a todo ello, pude realizar mi informe de investigación y comprender todo el proceso sin dificultad.

RESUMEN

La promoción de la salud es fundamental para la sociedad ya que es un proceso que permite a la persona llevar un control adecuado de su salud, no obstante, en la actualidad no se pone en práctica estas conductas originando un riesgo a su propia integridad. Por ello se determinó los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Pueblo Joven San Juan asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social_Chimbote, 2019. El estudio fue cuantitativo, no experimental, correlacional-transversal. Participaron 130 adultos. Los datos fueron procesados a una base de datos en el Software Statistics 24.0. Llegando a los siguientes resultados y conclusiones: en los factores sociodemográficos, la mitad son de sexo masculino, son adultos jóvenes, con grado de instrucción secundarios, la mitad son obreros, con un ingreso económico de 400 a 650 nuevos soles, cuentan con SIS, más de la mitad tiene inadecuadas acciones de prevención y promoción de la salud, tienen un estilo de vida no saludable y casi la totalidad cuentan con apoyo social. Al ejecutar la prueba Chi Cuadrado en relación a los factores sociodemográficos, estilos de vida y apoyo social se demostró que, si existe relación entre religión y estilo de vida, asimismo, existe relación entre ocupación y apoyo social. No se halló relación estadísticamente significativa entre acciones de prevención y promoción con estilos de vida y apoyo social.

Palabra clave: Adultos, estilos de vida, promoción, salud.

ABSTRAC

Health promotion is essential for society since it is a process that allows the person to have adequate control of their health, however, these behaviors are not currently put into practice, causing a risk to their own integrity. For this reason, the sociodemographic factors and the actions of prevention and promotion of adult health were determined. Pueblo Joven San Juan associated with health behavior: lifestyles and social support_Chimbote, 2019. The study was quantitative, non-experimental, correlational-cross-sectional. 130 adults participated. The data was processed to a database in Statistics Software 24.0. Reaching the following results and conclusions: in the sociodemographic factors, half are male, they are young adults, with a secondary education degree, half are workers, with an economic income of 400 to 650 nuevos soles, they have SIS, more than half have inadequate prevention and health promotion actions, have an unhealthy lifestyle and almost all have social support. When executing the Chi Square test in relation to sociodemographic factors, lifestyles and social support, it was shown that, if there is a relationship between religion and lifestyle, there is also a relationship between occupation and social support. No statistically significant relationship was found between prevention and promotion actions with lifestyles and social support.

Keyword: Adults, lifestyles, promotion, health.

ÍNDICE

	Pág.
1. TÍTULO DE LA TESIS.....	i
2. EQUIPO DE TRABAJO	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR.....	iii
4. HOJA DE DEDICATORIA Y/O AGRADECIMIENTO	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT.....	vi
6. CONTENIDO	viii
7. ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS.....	ix-x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	11
III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....	27
IV. METODOLOGÍA	28
4.1.Diseño de la investigación	28
4.2.Población y muestra	28
4.3.Definición y Operacionalización de las variables	29
4.4.Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	35
4.5.Plan de análisis	42
4.6.Matriz de consistencia	44
4.7.Principios éticos	45
V. RESULTADOS.....	47
5.1.Resultados	47
5.2.Análisis de los resultados	62
VI. CONCLUSIONES	104
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....	106
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	108
ANEXOS.....	123

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE 2019.....	47
TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019.....	52
TABLA 3: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019.....	54
TABLA 4: APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019.....	56
TABLA 5: RELACIÓN ENTRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS, ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN _CHIMBOTE, 2019.....	59
TABLA 6: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE SALUD Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN _CHIMBOTE, 2019.....	60
TABLA 7: RELACIÓN ENTRE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019.....	61

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Pág.

GRÁFICOS DE LA TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE 2019.....48

GRÁFICOS DE LA TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019.....53

GRÁFICOS DE LA TABLA 3: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019.....55

GRÁFICOS DE LA TABLA 4: APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019.....57

I. INTRODUCCIÓN

La situación de la promoción de salud se basa en permitir a la sociedad los recursos indispensables para alcanzar perfección para la salud y desempeñar un superior registro sobre ellos mismos; por ello se propone como un requisito para esta condición: La paz, instrucción, domicilio, nutrición, renta, ecosistema sólido, justicia social e igualdad. Asimismo, se añadió que el mejoramiento en la esfera de la salud pasara por una evaluación para cumplir con las condiciones. Por lo cual, se aclararon las cinco líneas de operación señaladas desde la Carta de Ottawa, ya que estas siguen efectivas después de 30 años, por ende, estas líneas mejoran las acciones de promoción de la salud para la ejecución de otros ambientes, logrando así aportar de manera positiva a la calidad de vida de la persona (1).

La promoción de la salud, durante la llega de la pandemia de COVID 19, represento un pilar importante, ya que permitió a la persona y a la sociedad implementar acciones para conservar su salud, utilizando sus derechos y deberes como parte de una sociedad. Desarrollo propuestas que motive a los habitantes entender a la salud a través de intervenciones para acoger medidas que mejoren su estilo de vida y aumente agentes protectores para su salud, lo que permitirá con el pasar del tiempo lograr disminuir riesgos de enfermedades en el país, con el objetivo de conservar

la salud mental y física durante el proceso de aislamiento por la pandemia (2).

Según datos alcanzados por la Organización Mundial de la Salud, en el 2020, realizó coordinaciones para obtener soluciones científicas con el fin de estudiar la COVID-19 y hallar evidencia de cómo detectarla. Por ende, la OMS adjunto referencias a nivel mundial y a científicos para el análisis de la situación que se atravesaba y poder contribuir en el asesoramiento a los diferentes países, ya que es un problema sanitario a nivel mundial. Asimismo, implementó una alianza con los miembros internacionales de la salud para explorar estudios que brinden solución para garantizar imparcialidad localizando así la enfermedad, los tratamientos y las inmunizaciones en todo el mundo, ya que solo se puede estar a salvo si todo el mundo se encuentra a salvo (3).

En Chile, en el año 2020, se manifestó el desarrollo de medidas que adoptó el Gobierno de tipo preventivo a través de cuarentenas, toque de queda, control de fronteras, prohibición de eventos masivos, emergencia de plan económico como de enseñanza educativa y salud, vacunación de influenza para la población, pero como prioridad a los adultos de la tercera edad. Todo ello repercutió en la alteración de la salud mental de la población, ya que el cierre de los colegios y el teletrabajo fueron un cambio drástico que modificó la vida de muchos, pero todo ello se realizó con el fin de desarrollar estrategias y refuerzos para enfrentar el aumento de enfermedades en el sistema respiratorio con el objetivo de obtener una

nación menos contagiada, por parte de representantes de sectores públicos, autoridades políticas y privadas, legislativas, artísticos, científicos, sociales y comunitarios, como también por parte del Congreso (4).

Por otra parte, en Colombia se propuso un documento para la ejecución de medidas preventivas para la pandemia de Covid-19, por lo cual se menciona los protocolos de medidas para esta situación. Enfocándose en implementar normas para proteger a los individuos que habitan en el país, como también la separación de aquellos sujetos que ingresaron al país infectados, mediante Resolución N° 385 del 12 de marzo del 2020. Declarando al país colombiano en situación de emergencia sanitaria, con el objetivo de disminuir la propagación del virus. Asimismo, la Dirección general, pretenden gestionar el riesgo en salud, promocionar estilos de vida saludable como también el de solucionar problemas territoriales en las comunidades (5).

De la misma manera en Venezuela, durante el tiempo de pandemia, aplicó medidas para vigilar la enfermedad que llevó a un confinamiento drástico, hasta anular las semanas intercaladas para que los individuos realicen sus actividades, de tal forma que emplearon el apoyo de las fuerzas armadas de la policía nacional de Venezuela como también el apoyo militar cumpliendo de esta manera el control de las comunidades. El Sistema de las Naciones Unidad de Venezuela, enfocaron una estrategia para la atención a la Covid-19 especialmente en el sector salud, higiene, agua, y zonas de alto riesgo, también se menciona la existencia comunidades que

no comprenden los significados de aislamiento, distanciamiento, o confinamiento, por lo que las autoridades ejecutaron modificaciones para los protocolos (6).

La situación describe a la promoción de la salud como la forma de prevenir un mayor riesgo de dependencia en los adultos sobre todo en la situación que atraviesa el mundo entero, por lo que en la etapa de la vejez es primordial simbolizar un desafío para sobrellevar toda esta crisis sanitaria. Por el cual, dichos programas de prevención y promoción de la salud deben poseer estrategias adecuadas para brindar al adulto la estabilidad emocional y mental, como objetivo de mantener a la población sana y plena, a través de medidas que se apliquen en los programas de Promoción de la salud, disminuyendo el índice de contagio (7).

En el Perú, el MINSA decretó estado de emergencia para toda la población durante la pandemia, a través de normas de control y prevención de la COVID-19, por ello se dio la creación de un comando con el objetivo de controlar, ejecutar y evaluar el tratamiento que se brinda a los casos de la COVID-19. Por ello, se propusieron “Lineamientos de promoción, prevención, recuperación y rehabilitación en salud” reforzando la vigilancia sanitaria, como también los diversos equipos que se emplean (equipo de protección, oxígeno, pruebas rápidas, medicamentos para los tratamientos), cumpliendo de tal forma con los protocolos requeridos, asimismo, se tuvo presente la salud mental, la vigilancia epidemiológica,

salud de los menores del hogar a través de telesalud, las vacunación para el cuidado y tranquilidad de la población (8).

En Lima, en el tiempo de pandemia, la labor que ejerce el trabajador de salud diariamente eran de temor, desespero, pero sobre todo tenían conocimiento que todas las acciones que realizaban era con el fin de atribuir al cuidado y la recuperación del individuo, a través de actividades de promoción de la salud. Por ello, se implementó un sistema de vigilancia y monitoreo en Lima Metropolitana, Lima Provincias y alrededores, con el propósito de examinar la situación. Por ende, el personal de salud realiza distintas intervenciones promotoras de salud para la población en general, pero teniendo como prioridad a los adultos de la tercera edad e infantes, evaluando y educando sobre calidad de vida y la salud mental (9).

En Áncash, el Gobierno Regional reforzó los hospitales con el objetivo de mantenerse alerta, ya que con el transcurso del tiempo la situación variaba y se incrementaban los casos, por ello se reforzó la atención de primer nivel de atención, capacitando al personal de salud y brindando los materiales para cumplir con el protocolo que las normativas del Gobierno peruano requería, asimismo, se ejecutó un plan de estrategias para el seguimiento e identificación de casos positivos, estableciendo un sistema de rastreo para identificar a las personas contagiadas, los lugares con más probabilidad de casos positivos, de tal manera, que el personal pueda actuar y aislar o ponerlos en cuarentena hasta su pronta recuperación reduciendo los contagios (10).

Por otra parte, en Chimbote, se detectaron los primeros casos de la variante OMICRON del virus de COVID-19, el Gobierno Regional supervisión el desempeño de las estrategias planteadas, por ello el Hospital Regional Eleazar Guzmán Barrón, ejecuto operaciones con fines preventivos ante los posibles casos de dicha variante, de tal manera, que se implementaron a través de donaciones de 5000 pruebas antigénicas para la oportuna detección de casos positivos. Asimismo, se dio inicio con la vacunación contra la COVID-19 para la tranquilidad de la población, pero el personal encargado de ejecutar esta actividad, capacitaba y recomendaba a la población no bajar la guardia (11).

No es ajeno a esta realidad los adultos del Pueblo Joven San Juan, es una comunidad que fue fundada a raíz del terremoto del 31 de mayo de 1970, iniciando como una invasión habitada por pobladores de las zonas cerca cómo, La florida alta y baja, Miraflores y Villa María. El pueblo joven San Juan, actualmente cuenta con un complejo deportivo, un parque infantil, iglesias, Instituciones Educativas de inicial primaria y secundaria, también cuenta con un comedor popular, con cuna más y con el servicio del Puesto de Salud San Juan, asimismo, esta implementada por los servicios básicos para cada vivienda y con el alumbramiento público, pistas y veredas, además cuenta con viviendas seguras de material mixto y con acceso al transporte público las 24 horas; cuenta con dirigentes que llevan el orden y la administración de su comunidad y también enfocados en la mejora a futuro de dicha comunidad. Se observó que tienen problemas

de inseguridad ciudadana por presencia de pandillaje, robos y presencia de perros callejeros (12).

Frente a lo expuesto se consideró pertinente la realización de la presente investigación planteando el siguiente problema:

¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en los adultos del Pueblo Joven San Juan?

Para responder al problema de investigación se llegó a plantear el objetivo general:

Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Pueblo Joven San Juan.

Para lograr el objetivo general, se planteó objetivos específicos:

- Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto. Pueblo Joven San Juan.
- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Pueblo Joven San Juan.
- Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan.
- Explicar la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan.

- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan.

La presente investigación es de suma importancia para la sociedad, ya que se puede observar la carencia que tiene la población para obtener una mejor calidad de vida, no solo por las malas prácticas saludables sino también por la economía del país, ya que el país presenta mucha población con pobreza extrema en donde no alcanza para una buena alimentación o para tener un hogar seguro, es por ello que dicha investigación es esencial para observar las carencias que atraviesa la sociedad. Por ende permitirá captar mejor las dificultades o aquellas amenazas que expongan la salud de los adultos como población, por ello, es importante que el gobierno tenga como prioridad la salud, y pueda implementar los establecimientos con los recursos y el personal capacitado para poder plantear estrategias que se trabaje en conjunto para beneficio de la sociedad, logrando de esta manera reducir situaciones de crisis en el país en entorno a la salud, por ello es importante contribuir en desarrollo de un país con personas con mejor calidad de vida, una adecuada alimentación, higiene y un buen manejo del estrés.

Además, aportará conocimiento y las ganas de investigar al futuro personal de salud investigador, ya que tiene como pilar la teoría de Promoción de la salud., a través de esta investigación con los datos

hallados, se podrá fundamentar factores como la pobreza que amenacen la salud y estabilidad de la persona, por ende, el personal capacitado podrá desarrollar acciones ante situaciones de estrés, ansiedad y frustración, que representan a un problema de salud pública. Asimismo, ayudará a que cada persona pueda obtener actitudes promotoras de salud, logrando reducir enfermedades a través de programas y estrategias que velen por su bienestar.

Finalmente, la presente investigación beneficiará al Puesto de Salud San Juan que se encuentra en la misma comunidad, ya que incluyen resultados en donde se ve reflejado el estilo de vida de los adultos de dicha comunidad, pero también para tener en cuenta de cómo el personal de salud necesita desarrollar estrategias que se puedan ejecutar y obtener resultados positivos, ya que de esta manera se podrá atribuir medidas de prevención y control de los problemas sanitarios. Por ende, reducir amenazas para los adultos, permitiendo a los integrantes de la familia y del entorno social el incremento de conductas promotoras de salud, al mismo tiempo, mejorar los estilos de vida con el autocuidado que cada uno puede realizar, a través de las buenas prácticas saludables.

La presente investigación fue de tipo cuantitativo, correlacional – transversal, no experimental, participaron 130 adultos. Llegando a los siguientes resultados y conclusiones: la mitad son de sexo masculino, son adultos jóvenes, con grado de instrucción secundarios, con un ingreso económico de 400 a 650 nuevos soles, cuentan con SIS, más de la mitad

tiene inadecuadas acciones de prevención y promoción de la salud, tienen un estilo de vida no saludable y casi la totalidad cuentan con apoyo social. Si existe relación entre factores sociodemográficos, estilos de vida y apoyo social. No se halló relación entre acciones de prevención y promoción con estilos de vida y apoyo social. Concluyendo que es importante obtener mejores conductas promotoras de salud con el fin de mejorar la calidad de vida de los adultos, a través de estrategias que el personal de salud pueda ejecutar en la comunidad.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes de la investigación

A nivel internacional:

Gutiérrez L, et al, (13). En su investigación titulada “Programa para la Promoción de la salud en el adulto mayor en las comunas 5-6 del Municipio de Villavicencio, Colombia, 2018”. Tiene como objetivo: elaboración de un Programa Estilo Promotor de vida saludable para el adulto mayor en los Centros Vida de la comuna 5 y 6. Este estudio se utiliza la metodología de corte transversal; concluyendo, que la comunidad adulta necesita que se desarrolle una variedad e intervenciones con el fin de mejorar aspectos negativos que se puedan presentar con el transcurso de los años, entre ellos el abandono, la soledad, la autoestima y las relaciones personales que pueden ejercer con el tiempo.

Lluch M, et al, (14). En su investigación titulada “Efectividad de un Programa de promoción y prevención en salud mental positiva en estudiantes de Grado de Enfermería, España, 2018”. Tiene como objetivo: Evaluar la efectividad de un programa de promoción y prevención de la Salud Mental Positiva (SMP). En este estudio se utiliza la metodología de corte transversal; concluyeron, que los resultados obtenidos no solo ayudan a mantener sino también a promover el nivel de Salud mental a través de los programas de promoción de la salud, en el caso de los estudiantes favorece su estabilidad emocional y de esta forma aportan también al paciente en los cuidados brindados.

Salazar R, Puc F (15). En su investigación: “Promoción a la salud mental y la prevención del comportamiento suicida en jóvenes a través de la psicoterapia México. 2019”; tuvo como objetivo identificar la efectividad de la psicoterapia para favorecer el desarrollo de habilidades en la promoción de la salud mental y prevenir el comportamiento suicida en jóvenes, cuya metodología es cualitativo; los resultados son seguida de la más ambivalente que fue figura con 42.9%, la disfuncional de reposo y energización de 28.6% y la más bloqueada fue la de acción con 28.6%. Se concluye que es importante hablar de promoción de salud ya que puede haber más comportamientos de suicida por ello se hace la prevención primaria.

Vásquez J, et al (16). En su investigación titulada “promoción y prevención de riesgos psicosociales en el teletrabajo mediante App Redu, Colombia, 2021”. Tuvo como objetivo diseñar una aplicación móvil con el fin de brindarle al sector de telecomunicaciones bienestar en la salud física y mental, a través de la promoción y prevención de los riesgos psicosociales presentes en el teletrabajo, por medio de capacitaciones, foros, pausas activas y ayudas audiovisuales. Utilizó una metodología a través del estudio de mercadeo enfocado a la promoción y prevención de riesgos psicosociales. Concluyendo que era de gran importancia, el hecho de hacer frente a esta situación mediante una herramienta tecnológica en este caso una App que le permitiera al trabajador hacer frente a dicha situación. Buscando contribuir al bienestar del trabajador mediante todas las estrategias mencionadas.

A nivel nacional:

Pujay E, (17). En su investigación titulada “Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal-Salaverry, Trujillo, 2020”. Tiene como objetivo, explicar la relación entre las acciones de prevención y promoción de la salud y los estilos de vida de los adultos pescadores del Desembarcadero Pesquero Artesanal-Salaverry. Tiene como metodología, tipo cuantitativo explicativo, correlacional de corte transversal; concluyendo, que a pesar de tener un nivel de promoción bajo, los adultos presentan un estilo de vida saludable, por lo que sí tienen relación significativa.

Angles R y Malpartida L, (18). En su investigación: “Efectividad del programa de Promoción de la Salud y prevención de enfermedades ocupacionales en el lugar de trabajo. Lima-Perú. 2018”. El objetivo es sistematizar las evidencias sobre la efectividad del programa de promoción de la salud y prevención de enfermedades ocupacionales. Su metodología es cuantitativa con diseño de investigación observacional y retrospectivo, su resultado es seleccionar 10 artículos científicos de mayor nivel de evidencia relacionados al programa de promoción de la salud y prevención de enfermedades ocupacionales. Se concluye que las investigaciones que han sido analizados dentro del programa de promoción de la salud en el lugar han sido eficaces en la prevención de enfermedades ocupacionales.

Gomero R, Francia J, (19). En su investigación “La promoción de la salud en el lugar de trabajo, una alternativa para los peruanos, Lima 2018”.

Objetivo: Lograr la implementación de la promoción de la salud en los trabajos. Metodología: Descriptiva, correlacional y cuantitativa no experimental. Resultado: Se 51% incrementó en ambientes de trabajos seguros y saludables. Conclusión: La promoción de salud ha logrado influenciar en la salud y estilos de vida de los adultos y mantener ambientes saludables en los trabajos.

Pietrapiana F, (20). En su investigación titulada “Proyecto de intervención para la promoción de las actividades saludables de un entorno familiar durante el contexto del COVID-19, La Molina, Lima – Perú 2020” tuvo como objetivo Mejorar prácticas saludables en el entorno familiar en el distrito de La Molina en el periodo 2020-1 (mayo-junio); utilizando una metodología cuantitativa. Concluyendo que basado en los resultados que hubo una mejora en todos los conocimientos y hábitos de los involucrados. El proyecto se pudo llevar de manera fluida y se contó con la participación y colaboración de todos los miembros del entorno. No se reportó ningún problema para realizar las actividades.

A nivel local:

Ramos J, (21). En su investigación titulada “Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven la unión sector 24_Chimbote,2019”. Tiene como objetivo, determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al

comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Pueblo Joven La Unión Sector 24. Tiene con una metodología, nivel correlacional-transversal; concluyendo, que existe relación estadísticamente con el sistema de salud, mientras el apoyo social tiene relación con el grado de instrucción.

Huamán J, (22). En su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019”. Tiene como objetivo, determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Ricardo Palma asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social. Tiene como metodología, correlacional-transversal; concluyendo, que existe relación entre factores sociodemográficos y estilos de vida, pero con el apoyo social no existe relación con el sexo, el ingreso económico.

Paz E, (23). En su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano-Villa Magisterial II etapa, Nuevo Chimbote_2019”. Tiene como objetivo, determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto asociados al comportamiento de la salud:

Estilos de vida y Apoyo social, Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa. Tiene una metodología, correlacional-transversal; concluyendo, que la totalidad de los adultos no tienen estilos de vida saludable y más de la mitad cuenta con apoyo social.

2.2. Bases Teóricas y Conceptuales de la investigación

2.2.1. Bases teóricas

En la tercera Conferencia Internacional para la Promoción de la Salud, emplazada con el argumento “Entornos propicios para la Salud” fue el inicio de la conferencia mundial en este ámbito como partícipes de 81 naciones. Asimismo, como petición a todas las poblaciones del mundo se le sugirió que opten medidas potentes con el fin de que el ambiente sea adecuado para la salud (24).

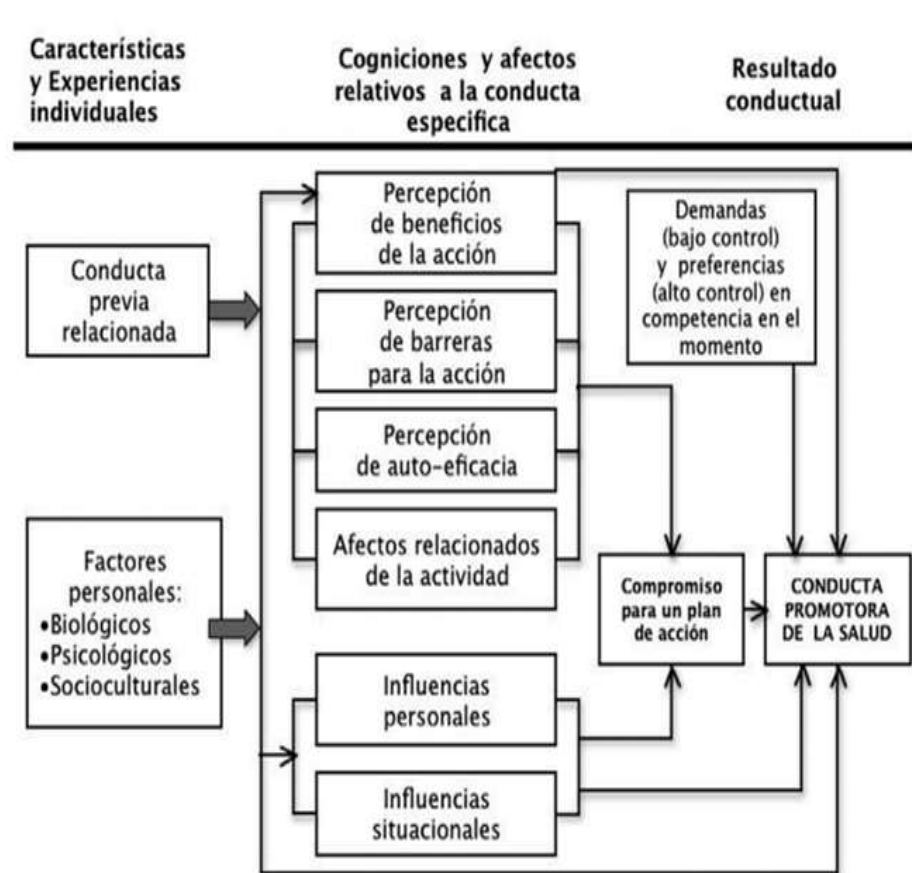
En la Conferencia mundial de Promoción de Salud, se tuvo en cuenta lugares determinados, que fueron priorizados para tomar medidas promotoras de salud para la población y las personas que habitan en dicho lugar. Asimismo, Sundvall 1991, en estos años se promovieron políticas saludables para la población, como también el de implementar medios adecuados en donde se ejecuten acciones promotoras de salud orientadas al servicio de cada miembro de la comunidad para mejorar la calidad de vida y el bienestar de futuras generaciones (24).

De igual manera, analizando la situación de la salud y el entorno, se llegó al término de que muchos sujetos viven en condiciones de pobreza extrema, en un ámbito que poco a poco destruye su salud, por ende, esta situación hace que tener una esperanza de vida sea un poco más difícil de hallar. Por ellos, para obtener una mejor vida, hay que proteger el medio ambiente físico, social, económico y político, ya que va a favorecer la salud, en vez de perjudicarla (24).

El presente informe de investigación es presentado por la Teorista Nola Pender, en su Modelo de Promoción de la Salud. La teorista Nola Pender nació en el año 1941 en EE. UU. Michigan, tuvo el primer contacto con enfermería a los 7 años de edad cuando observó los cuidados de enfermería que le brindaban a su tía, desde ese momento nació su interés por la carrera. Con el transcurso de los tiempos, Nola Pender fortaleció sus conocimientos a través de sus diversas carreras profesionales, entre ellas, Psicología, Educación y Master en Crecimiento y Desarrollo Humano. Por ende, con el pasar de los tiempos, la Teorista Nola Pender creó el primer modelo de Promoción de la salud en 1982, con la finalidad de brindar un mejor entorno y calidad de vida a su familia como a las personas, a través de conductas promotoras de salud (25).

La teoría de Promoción de la Salud ha sido empleado por profesionales de Enfermería en los últimos años, con frecuencia en otras circunstancias que inician desde la destreza de la colocación de

guantes en las enfermeras hasta el conocimiento de la salud de las personas, pero exclusivamente encaminado a la promoción de conductas saludables en los individuos, lo que innegablemente es un fragmento fundamental del cuidado, tal como se demuestra en los análisis anunciados por lo que almacenan una ventaja positiva con dirección al cuidado, el mejoramiento de la salud y del procedimiento que previene la enfermedad (25).



Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender 1996. En: Cid PH, Merino JE, Stieповich JB²¹

El presente ejemplar es una significativa herramienta aplicado por los expertos de salud con el fin de deducir y diseminar las cualidades, motivación y actividades de las personas únicamente de la percepción

de autoeficacia, definido por la teorista Nola Pender en su modelo, por el cual es deslucido por el personal de salud para apreciar las intervenciones y análisis utilizados en el ámbito mismo (24).

Igualmente, en el modelo de Promoción de la salud narra que en su proyecto se ubica los instrumentos por pilares de izquierda a derecha; al principio trata de las características y habilidades propias de las personas y abarca dos percepciones: conducta previa vinculada y los factores propios. El primer criterio narra las prácticas pasadas que lograran tener impacto directo e indirectos en la posibilidad de involucrarse en el comportamiento de promoción de la salud, es decir, hace referencia de como esas experiencias adquiridas de la persona afecta en el hecho de conformar una conducta que desee promover la salud (25).

El segundo criterio narra los componentes propios, categorizados como biológicos, psicológicos y socioculturales, por lo cual esta orientación es pronosticada de un cierto comportamiento, y están patentes por el medio relacionado de aquellas actitudes del individuo, es decir, se refiere a como la persona puede conformar un hábito de salud que beneficie a su estilo de vida (25).

Las bases del segundo pilar son el núcleo del modelo y se desarrollaran con las competencias y aprecio (emociones, religión) determinados del comportamiento que interpretan 6 criterios; el primero pertenece a favor de las personas percibidos por la acción, que

se refiere aquellos productos positivos adelantados que se originarán como manifestación del comportamiento de la salud; el segundo relata sobre los muros observados hacia el hecho, apunta a las estimaciones negativas o pérdidas del individuo que logran entorpecer un compromiso con la labor, la mediación del comportamiento y del comportamiento real; el tercer se refiere a la eficiencia descubierta, éste organiza uno de los pensamientos más significativos en esta guía ya que simboliza el conocimiento de capacidades propias para establecer un determinado comportamiento, por lo es mayor desarrollar la posibilidad de una responsabilidad en una labor y el hecho existente del hábito (25).

El cuarto elemento es el producto vinculado con el comportamiento, referida a la intranquilidad parecida con los argumentos auténticos o dañinos hacia un comportamiento; el quinto elemento da lugar a los dominios interpersonales, reflexión más posible en donde los individuos se envuelven en comportamientos de promoción de salud. Posteriormente, la última definición de este pilar, muestra los prestigios situacionales en el entorno, por el cual aumenta o disminuye la responsabilidad (25).

Los diferentes dispositivos expresados que afectan y contribuyen en el amparo de una responsabilidad para un procedimiento de un hecho, idea situada en el tercer pilar en el que forma el antecedente para el producto concluido, expresado para la conducta promotora de

la salud; en este convenio interviene los pedidos y distinciones comparadas contiguas; peticiones (baja vigilancia) y distinciones sobre la capacidad en el instante, acuerdo para un método de labor y conductas promotoras de salud (25).

Asimismo, la teorista Nola Pender incluyó en su teoría los metaparadigmas como finalidad de tener en cuenta los conceptos básicos para que el personal tenga en cuenta los cuidados de primer nivel para la población, de tal forma, brindar la ayuda a las personas de autocuidarse, conservando su vida y su salud como pilar, obteniendo resultados positivos, recuperarse de una enfermedad o afrontar una situación que ponga en riesgo su estado de salud (25).

Salud: Es el estado altamente positivo y de gran importancia en el enunciado general, es decir en todo lo que abarca Promoción de la Salud. Por ello, la teorista Nola Pender, abarca el metaparadigma para analizar también los estilos de vida, las capacidades y las fortalezas que tiene cada individuo (25).

Persona: Esta descrita como aquel individuo que tiene su propia identidad, por el cual se ejecuta dicha teoría como centro de la investigación, por ende, centro de las teoristas. Además, hace referencia que cada persona es exclusiva por su propia norma cognitiva perceptual y sus diferentes patrones (25).

Entorno: Se refiere aquellos factores sociales que relacionan a un individuo, por lo que influyen conductas promotoras de salud, ya que

son factores cognitivos perceptuales, por ende, se toma en cuenta de cómo el entorno influye a la salud de la persona de manera positiva como negativa, por lo que están en constante cambio (25).

Enfermería: Brinda cuidados humanísticos, por lo tiene la responsabilidad de proteger y cuidar la salud del individuo, fomentando prácticas promotoras de la salud. Asimismo, es un principal agente encargado de cuidar a las personas para obtener una mejor condición de vivir, a través de trabajos que aporten positivamente cada día sus hábitos de vida, ya que apoya a los individuos sin importar sexualidad, etapa o condición económica, por ende, enfermería es un arte que hace referencia a la actuación estética y creadora de cuidar a las personas (25).

En conclusión, la teoría contempla al individuo como sujetos cognitivos-preceptuales que son cambiados por los aspectos situacionales, internos e interpersonales, en lo que da como resultado la ayuda en hábitos que son verdaderos para la salud, cuando preexiste una pauta para trabajar requiriendo conocimientos sobre estrategias de promoción de la salud y adquirir descubrimientos de exploración. Tal modelo enseña la manera de cómo entenderse y desarrollar un buen estilo de vida, es por ello, que Nola Pender realiza este modelo con el fin de implementar material de mucho importancia para las áreas académicas, investigación, prácticas clínicas y también comunitarias, ya que mayormente es donde se desempeña las prácticas de promoción

a la salud, con el fin de aportar conocimientos teóricos a cada personal de salud, para que de esta manera se brinde mejor cuidado y atención a cada usuario con base de mejorar cada día la calidad de vida de ellos y el de su entorno familiar (26).

Dentro del modelo también encontramos dimensiones las cuales se describen a continuación:

Responsabilidad hacia la salud, quiere decir que debemos conservar una postura proactiva, para obtener un mejor estado de salud, ejecutando ejercicios que le aporten ciertas normas de autoeducación y como personal de salud lograr reducir enfermedades que afecten a su calidad de vida y su confort (28).

La actividad física, se refiere a las actividades de peso, livianas, realizadas a través de un programa planificado, en algunas ocasiones con un personal capacitado para estas actividades, con el propósito de mejorar la salud física y gozar de una buena salud. Esta puede ser una actividad diaria, o también de solo 1 hora al día como disponga de tiempo el sujeto y es una parte básica de la vida (28).

La nutrición, se refiere a la alimentación elegida de manera correcta ya que netamente se buscan nutrientes que aportan beneficio para el organismo con el fin de mejorar el bienestar y la calidad de vida del usuario. En algunas ocasiones se emplea métodos plasmados en la pirámide nutricional o como también aquellos alimentos energéticos, reguladores y constructores (28).

El crecimiento espiritual, se define como el incremento interno del vínculo que ejerce la persona con su interior. En otras palabras, el ser humano se mantiene en conexión con las personas que les rodea a través de su energía, manteniendo un equilibrio personal y social, logrando de tal forma llegar a un estado de plena paz, para que logren sus sueños y metas para una vida mejor (28).

Las relaciones interpersonales, se refiere a la relación entre individuos, por lo cual, se centra en la realización de la confianza entre ambos, por medio de la comunicación, ya que de esta manera se fortalecen las relaciones afectivas u significativas para ellos, desarrollando sentimientos y el apego afectivo (28).

El manejo del estrés, se define como la acción de identificar y movilizar los factores psicológicos que lo causan, de tal manera, la persona debe encontrar su enfoque para poder resolver situaciones que le causen irritabilidad o ansiedad, con el fin de controlarlo de manera efectiva (28).

Las prácticas que realiza el enfermero sobre promoción de la salud son esenciales para modificar los hábitos de educación que se les realiza a las personas como aquellas acciones preventivas para reducir así las amenazas a salud. Es por ello, que el enfermero tiene un gran papel en los cuidados que brinda en la promoción de la salud, ya que, a través de la educación y la capacitación que brinda a los usuarios, ha logrado una gran mejora en las personas y/o comunidad, como también

en sus tratamientos, ya que al realizar estas capacitaciones logra mejorar así los hábitos inadecuados que tienen, de esta manera las personas cuidan mejor su aspecto físico, como también se preocupan por su alimentación y dejan de lado las malas prácticas no saludables ya que de esta forma atribuirá en la mejora de su calidad de vida (27).

2.2.2. Bases conceptuales

Promoción de la salud: Es aquel procedimiento, que radica en aumentar las aptitudes de los individuos para emprender una labor, y la competencia de las organizaciones para trabajar en conjunto con la finalidad de aportar mejoras en el control de la salud. Habla sobre la atención primaria de salud, por lo que el progreso se verifica en el índice de morbilidad y disminuye el impacto socioeconómico de las patologías, confirmando así la relación existente entre promoción a la salud, desarrollo humano y económico (29).

Prevención de la enfermedad: Es todo método que permite brindar una atención primaria. De igual manera, son acciones que cotidianamente surge desde los centros de salud y que representa a las personas como vulnerables ante cualquier factor de riesgos identificables, que muchas veces se encuentran ligados a distintas conductas de riesgo de las mismas personas (30).

Cuidado: Representan las exigencias más simples y cotidiana que ayuden al continuo de la vida. Son las actividades y necesidades que

necesita la persona estar bien, además que se basa en los derechos humanos. Y como prioridad está el derecho a la vida (31).

Estilos de vida: Definido como métodos sociales como destrezas, costumbres y conductas de la población que llevan a las escaseces de los recursos humanos para tener consigo en bienestar propio. Se rigen por la existencia de defensores para la salud de los demás, es por ello que se debe ver como un proceso que trae consigo acciones de naturaleza social e individual (32).

Educación para la salud: Se conoce como instrumento de la salud pública, además que vela por los derechos importantes (33).

III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

H0: No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de la investigación

Diseño: El diseño de la investigación fue no experimental, debido a que el investigador no manipula o influye en las variables de estudio, reportándolas en su contexto natural tal y como son (34).

Cuantitativo: La presente investigación fue cuantitativa, con el objetivo de evaluar datos numéricamente medibles (35, 36).

Correlacional – transversal: El nivel de investigación fue correlacional – transversal, dado que se buscó determinar la relación entre dos o más variables y la recolección de la información fue tomada en un solo periodo de tiempo (36).

4.2. Población y muestra

Universo muestral: La población total estuvo constituida por 130 adultos del Pueblo Joven San Juan. Habiéndose tomado esta totalidad como un universo muestral.

Unidad de análisis: Cada adulto del Pueblo Joven San Juan que formó parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.

Criterios de Inclusión

- Adultos que vivieron más de 3 años en el Pueblo Joven San Juan.
- Adultos del Pueblo Joven San Juan que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos del Pueblo Joven San Juan que estuvieron aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar el nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

Criterios de exclusión

- Adultos del Pueblo Joven San Juan que presentaron algún trastorno mental.
- Adultos del Pueblo Joven San Juan que presentaron problemas de comunicación.
- Adultos del Pueblo Joven San Juan que presentaron problemas psicológicos

4.3. Definición y Operacionalización de variables

I. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:

Sexo

Definición Conceptual.

Define la condición orgánica, la cual distingue a ambos ya sea varón o mujer, indica la existencia de una estructura anatómica que permite distinguir al varón de la mujer (37).

Definición Operacional

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

Edad

Definición Conceptual

Se refiere al componente fundamental para comprender la manera en la cual la persona se desenvuelve ante la sociedad, además, son los derechos y deberes que cada uno de ellos desarrollan por la edad determinada (38).

Definición Operacional

Escala nominal

- 20-35 años (adulto joven)
- 36-59 años (adulto maduro)
- 60 a más (adulto mayor)

Grado de instrucción

Definición Conceptual

Es el nivel de estudios conseguido por una persona, Se considera que una persona ha alcanzado un determinado nivel de instrucción cuando ha finalizado y aprobado todos los cursos de este nivel y se encuentra en condiciones de obtener el correspondiente título o diploma (39).

Definición Operacional

Escala Ordinal

- Analfabeto (a)
- Primaria
- Secundaria

- Superior

Religión

Definición conceptual

Es considerada por muchas personas, culturas, pueblos, como el simple acto de ir al templo a orar, al culto o a lugar donde las personas se reúnen a escuchar a los sacerdotes, pastores, monjes o religiosas de las congregaciones, quienes leen, orientan y dirigen a los fieles y además explican los textos sagrados (40).

Definición operacional

Escala nominal

- Católica
- Evangélica
- Otros

Estado civil

Definición conceptual

Se denomina aquella situación de la familia que determina diferentes derechos y como también obligaciones (41).

Definición operacional

Escala nominal

- Soltero
- Casado
- Viudo
- Conviviente
- Separado

Ocupación

Definición Conceptual

Es empleo o facultad que alguien ejerce y por el que percibe una retribución, Engloba sus labores concretas, las tareas que lo configuran, su formación, sus requerimientos de aptitud funcional, su adscripción normativa (42).

Definición Operacional

Escala Nominal

- Obrero
- Empleado
- Ama de casa
- Estudiante
- Otros

Ingreso económico

Definición Conceptual

Son aquellos ingresos con los que cuenta una familia, esto obviamente incluye al sueldo, salario, de todos aquellos miembros de la misma que trabajan y que por ello perciben un sueldo y todos esos otros ingresos que puede considerarse extras son utilizados para beneficio de la familia (43).

Definición Operacional

Escala nominal

- Menor de 400 nuevos soles
- De 400 a 650 nuevos soles
- De 650 a 850 nuevos soles
- De 850 a 1100 nuevos soles
- Mayor de 1100 nuevos soles

Tipo de seguro

Definición conceptual

El seguro de salud es toda protección que adquiere una persona para satisfacer todas sus necesidades sanitarias, muchas veces este seguro se obtiene a través de la ocupación o por apoyo del gobierno (44).

Definición operacional

Escala Nominal

- EsSalud
- SIS
- Otro seguro
- No tiene seguro

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Definición conceptual:

Proceso, cuyo objeto consiste en fortalecer las habilidades y capacidades de las personas para emprender una acción, y la capacidad de los grupos o las comunidades para actuar colectivamente con el fin de ejercer control sobre los determinantes de la salud (45).

Definición operacional

- Acciones Adecuadas
- Acciones Inadecuadas

ESTILOS DE VIDA

Definición conceptual:

Conjunto de patrones conductuales de un individuo que pone en práctica de manera consistente y contenida en su vida cotidiana, por el cual puede ser oportuna para el mantenimiento de su salud o en caso contrario que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad (46).

Definición operacional:

El estilo de vida es una variable cualitativa categorizada en dos grupos, los cuales fueron generados a partir de una variación estadística mediante percentiles de los puntajes reportados por el adulto.

- Estilo de vida saludable
- Estilo de vida no saludable

APOYO SOCIAL

Definición conceptual:

El apoyo social es el conjunto de recursos humanos y materiales con que cuenta un individuo o familia para superar una determinada crisis (enfermedad, malas condiciones económicas, rupturas familiares, etc.) (47).

Definición operacional:

Escala Nominal

- Si tiene apoyo
- No tiene apoyo

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

En la presente investigación se utilizó la entrevista y la observación para la aplicación del instrumento.

Instrumentos

En la presente investigación se utilizó 4 instrumento para la recolección de los factores sociodemográficos que se detallan a continuación:

Instrumento N° 01

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Anexo N° 01).

Estuvo constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo de del adulto (1 ítems).
- Factores sociodemográficos el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y si cuenta con Seguro (8 ítems).

Instrumento N°02

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Estuvo constituido por 72 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de Identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo de del adulto (2 ítems).
- Ejes temáticos: Alimentación nutrición (10 ítems).
- Ejes temáticos: Higiene (10 ítems).
- Ejes temáticos: habilidades para la vida (17 ítems).
- Ejes temáticos: Actividad física (4 ítems).

- Ejes temáticos: Salud sexual y reproductiva (5 ítems).
- Ejes temáticos: Salud bucal (6 ítems).
- Ejes temáticos: Salud mental y cultura de paz (9 ítems).
- Ejes temáticos: Seguridad vial y cultura de tránsito (9 ítems).

Para la confiabilidad del instrumento de **Acciones de Prevención Y Promoción de la Salud** en nuestra localidad se obtuvo el coeficiente estadístico de Alfa de Cronbach con una muestra piloto del 10% del total de la muestra del estudio.

La autora del presente instrumento es elaborada por la Dra. Vilchez Reyes Adriana. Asimismo, se realizó la validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N° 02).

Control de calidad de los datos

Evaluación cualitativa:

Fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaron como jueces. Se realizó en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Promoción y Prevención. Desarrollado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque.

Durante las reuniones se brindó a los jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización, luego cada participante emitió observaciones al

cuestionario propuesto, los cuales permitieron realizar ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos.

Evaluación cuantitativa:

Validez de contenido: Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales fueron diez. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

$$V = \frac{\bar{x}-l}{k}$$

Dónde:

\bar{x} : Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

l : Es la calificación más baja posible.

k : Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken total es 0,998. Indicó que el instrumento es válido para recabar información sobre la promoción y prevención de la salud.

Confiabilidad:

Confiabilidad Interevaluador:

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día. Se realizó a un mínimo de 15 personas. A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno.

Instrumento N°03

ESTILOS DE VIDA

El instrumento tiene 6 subescalas, y cuenta con 52 ítems, distribuidos en los siguientes:

En la subescala Responsabilidad hacia la salud: **9 ítems**

En la subescala Actividad física: **8 ítems**

En la subescala nutrición: **9 ítems**

En la subescala manejo de stress: **8 ítems**

En la subescala relaciones interpersonales: **9 ítems**

En la subescala Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales: **9 ítems**

El instrumento de estilo de vida proviene del cuestionario Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, el cual estuvo compuesto por 52 ítems en una escala de Likert de 1 a 4 puntos (desde nunca hasta rutinariamente) en 6 dimensiones: Actividad física (8 ítem), Crecimiento espiritual (9 ítem), Manejo de estrés (8 ítem), Nutrición (9 ítem), Relaciones interpersonales (9 ítem) y Responsabilidad hacia la salud (9 ítem).

El instrumento validado en la versión español por Serrano, M. (2016) reportó que la validez se dio por validez de constructo reportando la prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin , estos indicaron la adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un análisis factorial, seguido se utilizó el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depuraron 4 ítem que reportaron tener una carga factorial menores a 0.3, y en solo 4 dimensiones : Responsabilidad hacia la salud, Actividad física , Nutrición, Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales. Asimismo, se realizó validez discriminante y concurrente para el instrumento HPLP – II mediante la correlación con otros instrumentos (MBI-GS, Autoeficacia, Satisfacción de vida y Engagement).

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ($\alpha=0.81$), Actividad física ($\alpha=0.86$), Nutrición ($\alpha=0.7$), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ($\alpha=0.88$) (Anexo N° 03).

Instrumento N°04

DE APOYO SOCIAL

El instrumento tiene 4 dimensiones distribuidas en los siguientes:

En la dimensión apoyo emocional: 8 ítems

En la dimensión ayuda material: 4 ítems

En la dimensión relaciones de ocio y distracción: 4 ítems

En la dimensión apoyo afectivo: 3 ítems

Apoyo social: Elaborado por Revilla L, Luna, Bailón E, Medina I, donde el instrumento original de 20 ítems, conformado en 4 dimensiones (red de apoyo social, apoyo social, apoyo instrumental, interacción social positiva y apoyo afectivo) con una escala de Likert de 5 categorías.

El estudio se utilizó la versión validada en español Londoño, N. et al (2012).

Realizado en Colombia, el cual estuvo comprendido por 20 ítems, pero distribuido en 4 dimensiones (Apoyo emocional informacional, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo).

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para los cuatros dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escala total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/informacional ($\alpha=0.92$), Apoyo instrumental ($\alpha=0.79$), Interacción social positiva ($\alpha=0.83$) y Apoyo afectivo ($\alpha= 0.74$).

Finalmente, la validez de este instrumento se reportó a través de validez de constructo mediante un Análisis Factorial Confirmatorio reportando aceptables índices de bondad de ajuste (GFI= 0.780, AGFI= 0.713, RMSEA=0.113, AIC=566.98 Y BIC= 707.22) (Anexo N°04).

4.5. Plan de análisis

Procedimientos de la recolección de los datos

En cuanto a la recolección de datos del presente estudio de investigación se tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

- Se informó y se pidió el consentimiento a los adultos del Pueblo Joven San Juan, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del Pueblo Joven San Juan.
- Se realizó lectura de las instrucciones del instrumento a los adultos del Pueblo Joven San Juan.
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

Análisis y procesamiento de los datos

Para la presente investigación se realizó el análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias porcentaje y promedio de desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable pertenecientes a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud. Se utilizó el

estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%.

Para el procesamiento y análisis de datos fue ingresados a una base de datos software estadísticos IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

4.6. Matriz de consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METODOLOGÍA
Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbotte, 2019.	¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en los adultos del Pueblo Joven San Juan?	Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Pueblo Joven San Juan, asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social.	<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto. Pueblo Joven San Juan. • Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Pueblo Joven San Juan. • Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan. • Explicar la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan. • Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociadas al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan. 	<p>Tipo: Cuantitativo</p> <p>Nivel: Correlacional - Transversal</p> <p>Diseño: No será experimental</p> <p>Técnica: Entrevista- Observación</p> <p>Instrumentos: Cuestionarios</p>

4.7. Principios éticos

La investigación debe estar sujeta a normas éticas que sirven para promover el respeto a todos los seres humanos y para proteger su salud y sus derechos individuales (48).

Protección a las personas: La persona en toda investigación fue el fin y no el medio, por ello necesitó cierto grado de protección, el cual se determinó de acuerdo al riesgo en que incurran y la probabilidad de que obtengan un beneficio.

En las investigaciones en las que se trabajó con personas, se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad. Este principio no sólo implicó que las personas que son sujetos de investigación participen voluntariamente y dispongan de información adecuada, sino también involucró el pleno respeto de sus derechos fundamentales, en particular, si se encontraron en situación de vulnerabilidad.

Libre participación y derecho a estar informado: Las personas que desarrollaron actividades de investigación tuvieron el derecho a estar bien informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación que desarrollaron, o en la que participaron; así como tuvieron la libertad de participar en ella, por voluntad propia.

En toda investigación se contó con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y específica; mediante la cual las personas como sujetos investigados o titular de los datos consintieron el uso de la información para los fines específicos establecidos en el proyecto.

Beneficencia y no maleficencia: Se aseguró el bienestar de las personas que participaron en las investigaciones. En ese sentido, la conducta del investigador respondió a las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

Justicia: El investigador ejerció un juicio razonable, ponderable y tomar las precauciones necesarias para asegurar que sus sesgos, y las limitaciones de sus capacidades y conocimiento, no den lugar o toleren prácticas injustas. Se reconoció que la equidad y la justicia otorgan a todas las personas que participaron en la investigación derecho a acceder a sus resultados. El investigador estuvo obligado a tratar equitativamente a quienes participan en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación.

Integridad científica: La integridad o rectitud rigieron no sólo la actividad científica de un investigador, sino que extendió sus actividades de enseñanza y a su ejercicio profesional. La integridad del investigador resultó especialmente relevante cuando, en función de las normas deontológicas de su profesión, se evaluó y declaró daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a quienes participaron en una investigación. Asimismo, debió mantenerse la integridad científica al declarar los conflictos de interés que pudieron afectar el curso de un estudio o la comunicación de sus resultados.

V. RESULTADOS

5.1. Resultados

TABLA 1:
FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN
JUAN_CHIMBOTE, 2019

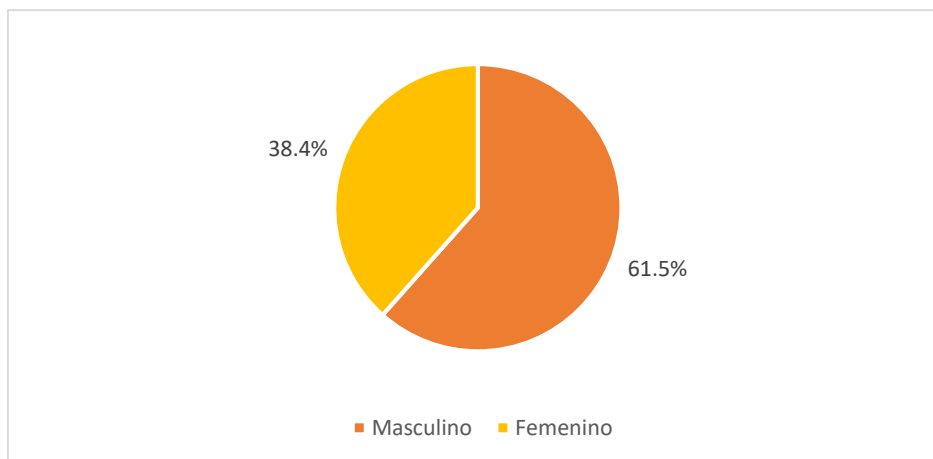
Sexo	n°	%
Masculino	80	61,5
Femenino	50	38,4
Total	130	100,0
Edad	n°	%
18-35 años	57	43,8
36 a 59 años	42	32,3
60 a más	31	23,8
Total	130	100,0
Grado de instrucción	n°	%
Analfabeto	10	7,6
Primaria	18	13,8
Secundaria	72	55,3
Superior	30	23,0
Total	130	100,0
Religión	n°	%
Católica	70	53,8
Evangélica	43	33,0
Otros	17	13,0
Total	130	100,0
Estado civil	n°	%
Soltero	42	32,3
Casado	5	3,8
Viudo	5	3,8
Conviviente	64	49,2
Separado	14	10,7
Total	130	100,0
Ocupación	n°	%
Obrero	59	45,3
Empleado	38	29,2
Ama de casa	17	13,0
Estudiante	14	10,7
Otros	2	1,5
Total	130	100,0
Ingreso Económico (soles)	n°	%
Menor de 400	36	27,6
De 400 a 650	47	36,1
De 650 a 850	28	21,5
De 850 a 1100	13	10,0
Mayor de 1100	6	4,6
Total	130	100,0
Sistema de salud	n°	%
ESSALUD	36	27,6
SIS	61	46,9
Otros	13	10,0
No tiene seguro	20	15,3
Total	130	100,0

Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

GRÁFICOS DE LA TABLA 1

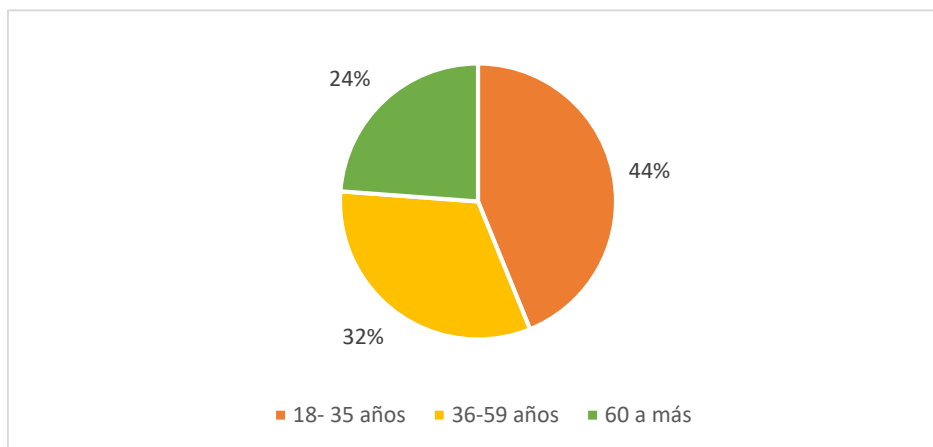
FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019

GRÁFICO 1,1: SEXO DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



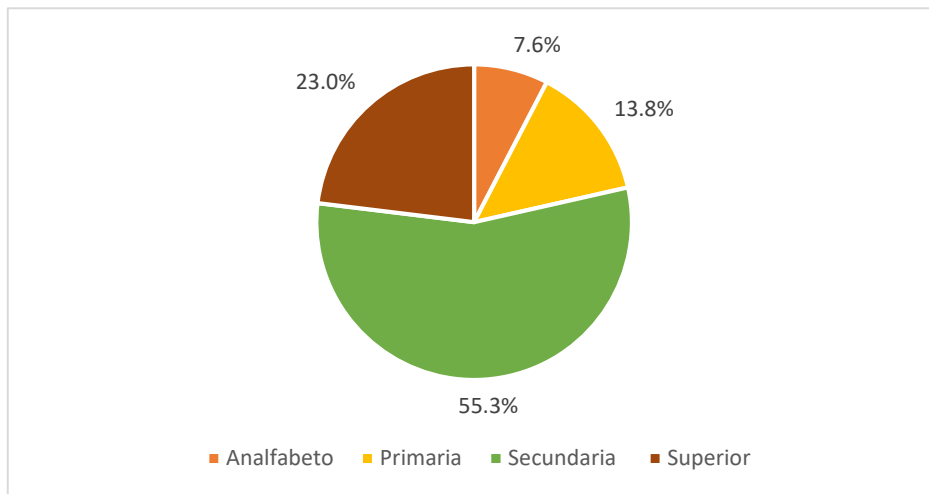
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

GRÁFICO 1,2: EDAD DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



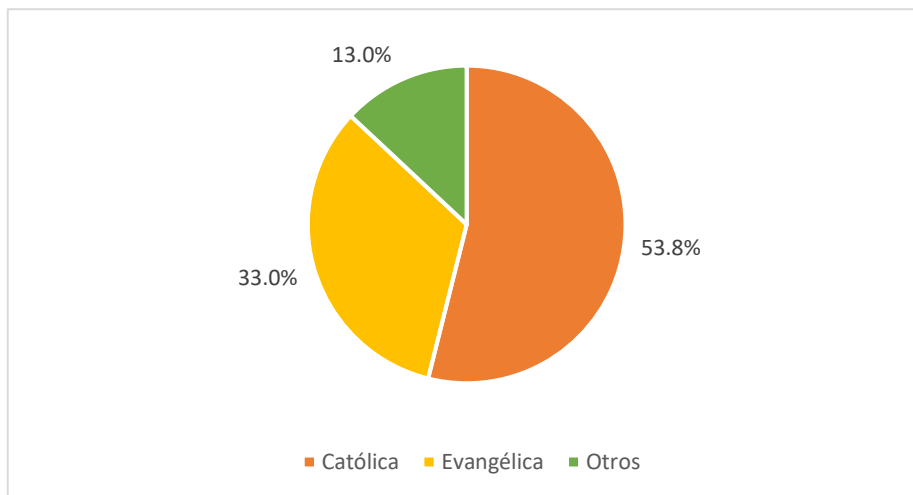
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

GRÁFICO 1,3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



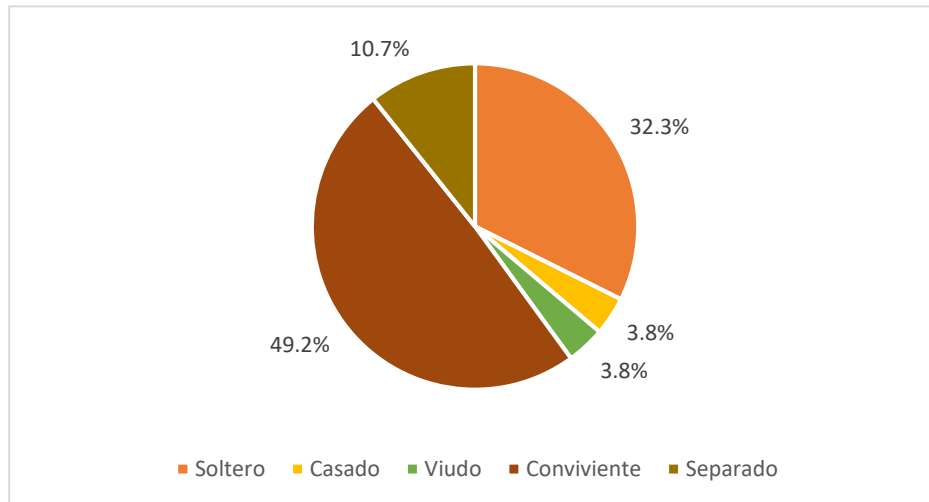
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

GRÁFICO 1,4: RELIGIÓN DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



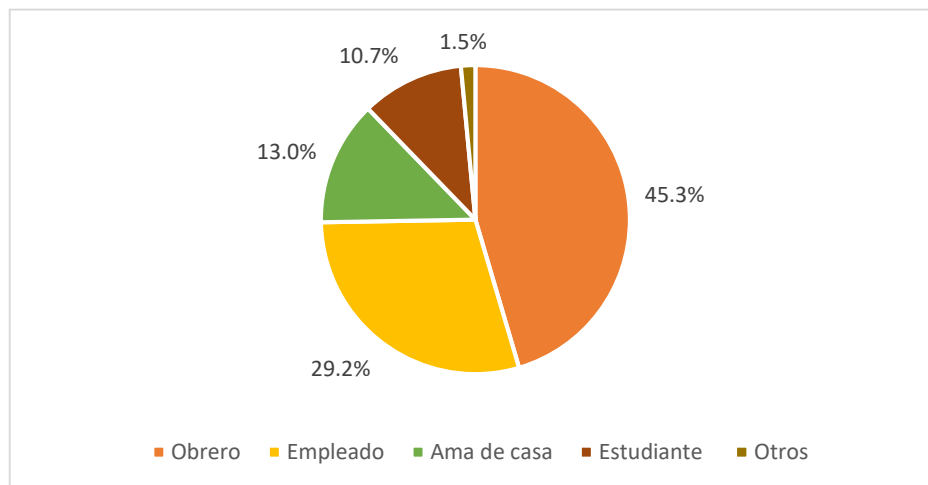
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

GRÁFICO 1,5: ESTADO CIVIL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



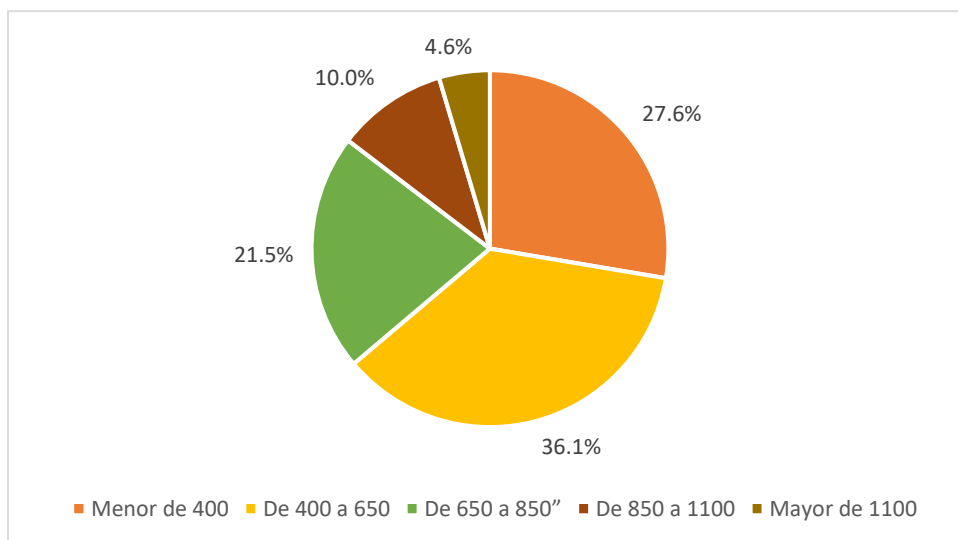
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

GRÁFICO 1,6: OCUPACIÓN DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



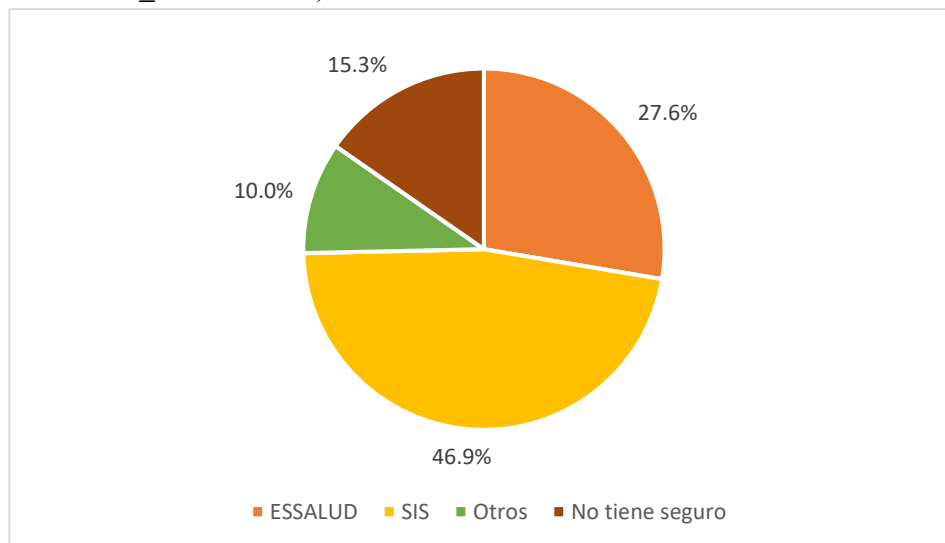
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

GRÁFICO 1,7: INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

GRÁFICO 1,8: SEGURO DE SALUD DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

TABLA 2

**ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL
ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019**

	PROMEDIO	DESVIACION	MIN	MAX
D1	16,3	4,1	9	26
D2	17,3	4	9	27
D3	21,6	3,9	14	33
D4	8	2	4	13
D5	5,1	2,2	2	12
D6	8,1	2,4	4	16
D7	11,5	3	7	24
D8	14,6	3,2	8	25
TOTAL	93,2	11,8	72	134

Fuente: Cuestionario de Acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por la Dra. Vilchez Reyes María Adriana, Directora de la presente línea de investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan _Chimbote, 2019.

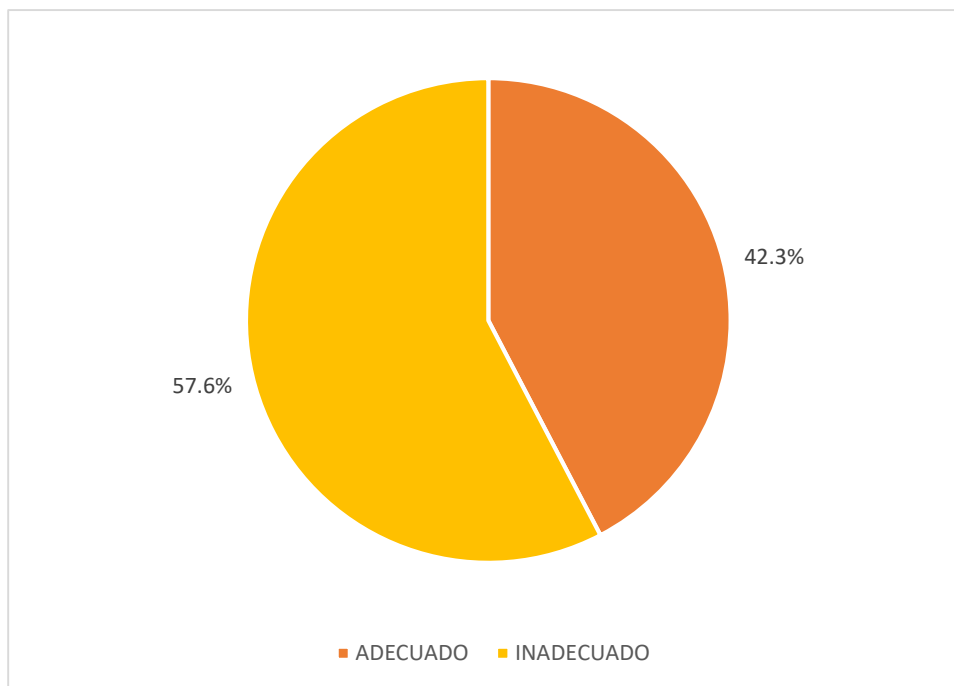
**ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL
ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019**

Acción de prevención y promoción	n°	%
Adecuado	55	42,3
Inadecuado	75	57,6
Total	130	100,0

Fuente: Cuestionario de Acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por la Dra. Vilchez Reyes María Adriana, directora de la presente línea de investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan _Chimbote, 2019.

GRÁFICOS DE LA TABLA 2

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de Acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por la Dra. Vilchez Reyes María Adriana, Directora de la presente línea de investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

TABLA 3
ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN
JUAN_CHIMBOTE, 2019

	PROMEDIO	DESV. ESTAND	MIN	MAX
D1	19,0	3,7	8	30
D2	38,3	7,5	17	52
D3	30,7	4,7	18	43
TOTAL	88,0	10,2	63	124

Fuente: Cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A, Gil C. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan _Chimbote, 2019.

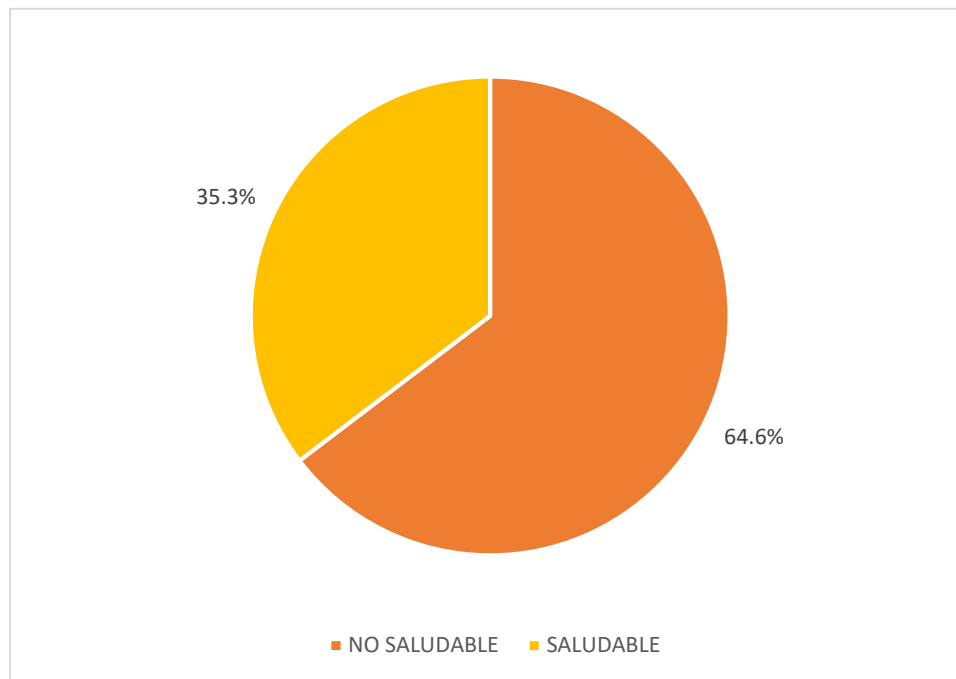
ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN
JUAN_CHIMBOTE, 2019

Estilo de vida	n°	%
No saludable	84	64,6
Saludable	46	35,3
TOTAL	130	100,0

Fuente: Cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A, Gil C. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan _Chimbote, 2019.

GRÁFICOS DE LA TABLA 3

ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A., Gil C.. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

TABLA 4
APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN
JUAN_CHIMBOTE, 2019

Apoyo Emocional		n°	%
No Tiene		3	2,3
Si Tiene		127	97,6
Total		130	100,0
Apoyo Material		n°	%
No tiene		15	11,5
Si tiene		115	88,4
Total		130	100,0
Relación de ocio y distracción		n°	%
No tiene		55	42,3
Si tiene		75	57,6
Total		130	100,0
Apoya Afectivo		n°	%
No tiene		2	1,5
Si tiene		128	98,4
Total		130	100,0

Fuente: Cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan _Chimbote, 2019.

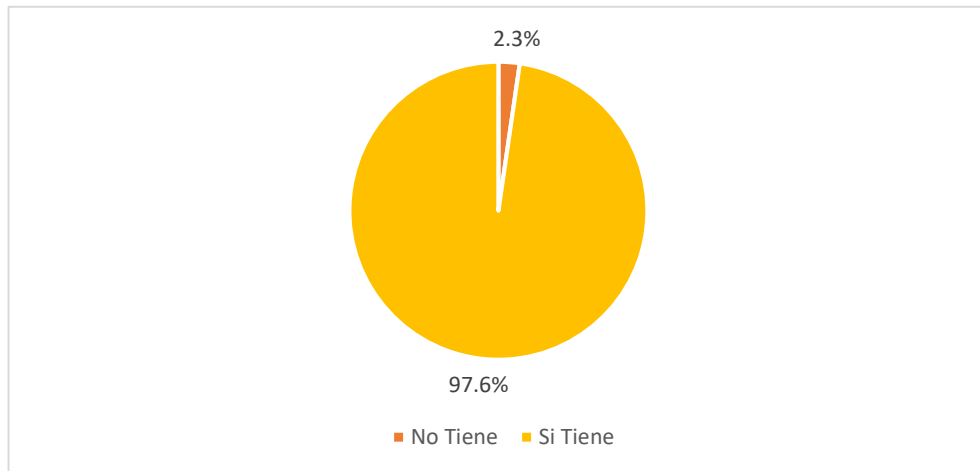
APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN
JUAN_CHIMBOTE, 2019

Apoyo social		n°	%
0 – 57	No tiene	3	2,3
58 – 94	Si tiene	127	97,6
Total		130	100,0

Fuente: Cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan _Chimbote, 2019.

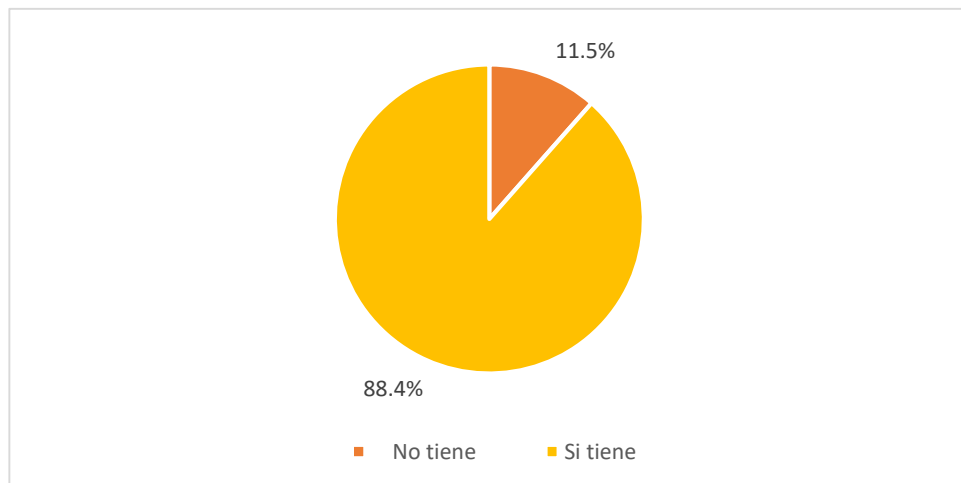
GRÁFICOS DE LA TABLA 4
APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN
JUAN_CHIMBOTE, 2019

GRÁFICO 4.1: APOYO EMOCIONAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



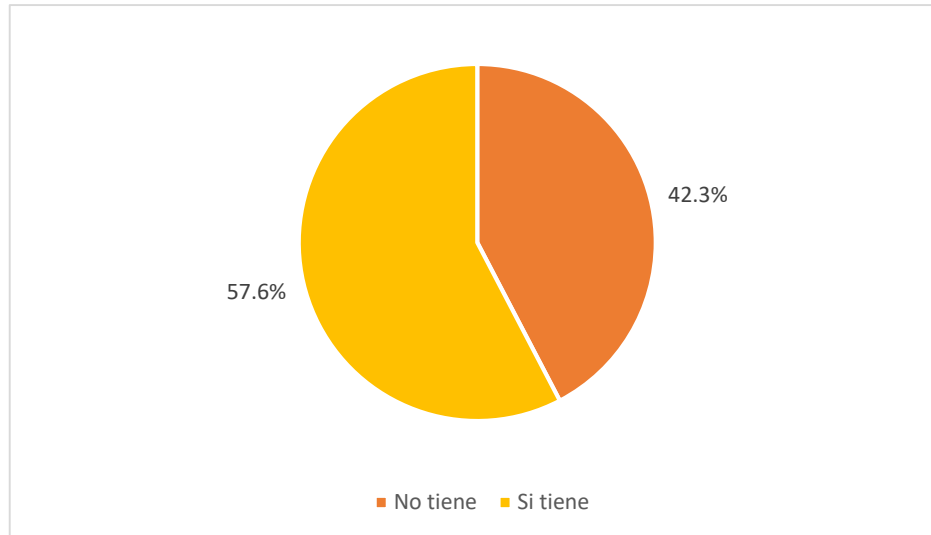
Fuente: Cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan _Chimbote, 2019.

GRÁFICO 4.2: APOYO MATERIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan _Chimbote, 2019.

GRÁFICO 4.3: RELACIONES DE OCIO Y DISTRACCIÓN DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

GRÁFICO 4.4: APOYO AFECTIVO DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

TABLA 5
RELACIÓN ENTRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS, ESTILOS DE
VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN
JUAN_CHIMBOTE, 2019

Factores Sociodemográficos	Estilo de Vida		Apoyo Social	
	χ^2	P-valor	χ^2	P-valor
Sexo	1,0303	0,310	1,0980	0,578
Edad	2,9017	0,234	1,0980	0,578
Grado de instrucción	1,9112	0,591	1,4880	0,685
Religión	15,5134	0,000	0,4954	0,781
Estado civil	6,0686	0,194	7,5497	0,110
Ocupación	3,0943	0,542	22,4687	0,000
Ingreso económico	8,4573	0,076	0,6892	0,953
Seguro De Salud	2,7238	0,605	1,1415	0,888

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana; cuestionario de estilos de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil-Colet A, Gil C y cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicado a los adultos del Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

TABLA 6
RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN
DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN
SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019

Estilos de vida	Acciones de prevención y promoción			$\chi^2=2,74$ P-valor=0,09763782
	Adecuado	Inadecuado	Total	
No saludable	40,00	44,00	84	No existe relación entre acciones de prevención y promoción de la salud y estilos de vida.
Saludable	15,00	31,00	46	
TOTAL	55,00	75,00	130	
	0,42	0,58	1,0	

Fuente: Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes María Adriana y cuestionario de estilos de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

TABLA 7

**RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN
DE LA SALUD Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN
SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019**

Apoyo social	Promoción de la salud			$\chi^2= 0,75$ P valor=0,38758016
	Adecuado	Inadecuado	Total	
Malo	2,00	1,00	3	No existe relación entre acciones de prevención y promoción de la salud y apoyo social.
Bueno	53,00	74,00	127	
Total	55,00	75,00	130	
	0,42	0,58	1	

Fuente: Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes María Adriana y cuestionario de estilos de vida, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicado a los adultos. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019.

5.2. Análisis de resultados

En la tabla 1: Con respecto a los factores sociodemográficos del Pueblo Joven San Juan, del 100% (130) adultos del Pueblo Joven San Juan, el 61, 5% (80) son de sexo masculino, el 43, 8% (57) son adultos jóvenes, el 55,3% (72) tienen grado de instrucción secundaria, el 53, 8% (70) profesan la religión católica, el 49,2% (64) son conviviente, el 45, 3% (59) son obrero, el 36, 1% (47) pertenece al ingreso económico de S/. 400 a 650, el 46, 9% (61) pertenece al sistema de salud que es el SIS.

Los presentes resultados se asimilan a los brindados por Febre T, (49). Concluyó que el 52,5% son de sexo masculino, y el 47,5% de sexo femenino.

Asímismo, los presentes resultados difieren con los presentados por Gutiérrez L, et al (13). Obteniendo como resultado que el 67% de los encuestados son de sexo femenino y el 33% masculino. De igual forma los resultados presentados por Guecha L, et al, (28). Concluyó que el 87,5% son de sexo femenino y el 12,5% masculinos.

Los resultados obtenidos se asemejan a los reportados por Palacios G, (50). Concluyendo que el 46% de los adultos son adultos jóvenes y el 11,5% adultos mayores. Con grado de instrucción secundaria completa el 47,5%, mientras que el 16,5% primaria completa.

Sin embargo, difieren a los presentados por Depaz M (51). Concluyendo que el 42,4% de los encuestados son adultos maduros y el 23,7% adulto mayor; en

cuando al grado de instrucción, el 50,5% tienen primaria completa y el 5,6% son analfabetos.

Los resultados obtenidos por Ramos J (21). Concluyó que el 79,2% son católicos y el 3,9% tiene otra religión. Así mismo, el 50% son convivientes, mientras que el 2,2% son viudos.

Sin embargo, difieren a los reportados por Paz E (23). Concluyendo que el 33% son de estado civil casados, mientras que, 3% son separados.

Estos resultados difieren a los presentados por Huamán J (22). Concluyó que el 26,4% son ama de casa, mientras que, el 12% son obreros. De igual forma, los resultados presentados por Ramos J (21). Concluyendo que el 40,5% son amas de casa; así mismo, el 71,4% de la población en sistema de seguro cuentan con SIS.

De la misma manera, difiere en algunas variables al estudio realizado por Paz E, (23). Concluye que el 54% de los encuestados tienen un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles, mientras que el 1% su ingreso es menor de 400 nuevos soles.

Con respecto al sexo, es un concepto útil, ya que, describe las características biológicas y fisiológicas que diferencian a los varones de las mujeres, según su aparato reproductor, entre otras diferencias físicas (52). En el presente estudio de investigación podemos observar más de la mitad de los adultos pertenecen al sexo masculino, por ello, es importante mencionar que los varones son más propensos a ser afectados por los problemas sociales como el alcoholismo, el tabaquismo,

entre otros, asimismo, sobrepeso y obesidad. Por otra parte, el sexo femenino, están expuestas a desarrollar problemas de salud como las infecciones del tracto urinario, ginecológicos y también como el asumir nuevas responsabilidades.

Asimismo, con respecto a la edad, se refiere a un pensamiento directo que compromete al individuo en diferentes transformaciones, ya que, es el tiempo que transcurre desde su nacimiento, además, entre las variaciones más considerables es la entrada a la edad de la jubilación y adaptación a la nueva etapa de vida (53). En la presente investigación en su mayoría son adultos jóvenes, en esta etapa se puede decir que es el paso para que la persona madure y sea más responsable, por ejemplo, cuando van a resolver algún tipo de conflicto, esto con el tiempo les ayudará a crecer psicológicamente y a obtener todo por sus propios medios. No obstante, se puede observar que los adultos jóvenes están en constantes decisiones que se ven reflejadas con las consecuencias para ellos mismos, ya que se adelantan a situaciones que los alejan de sus metas que se plantearon.

Cabe resaltar, que en esta edad es importante realizar actividades saludables que les aportará beneficios en un futuro ya que se conservaran más jóvenes y tendrán mejor aspecto físico que de una u otra forma les aumentara la autoestima.

Con respecto al grado de instrucción, se refiere a toda aquella distribución designada a desenvolver la suficiencia moral, ya que, describe el nivel de instrucción que tiene cada persona, a través de la efectividad e intelectualidad de

los semejantes y las reglas de relación a la sociedad a la que pertenecen (39). De esta forma, se puede visualizar que la población estudiada cuenta con estudios secundarios, algunos completos y otros incompletos, por lo que nos indica que cuentan con el entendimiento requerido para la prevención y el cuidado oportuno de la salud e integridad, también como para las personas que les rodean.

También es importante tener en cuenta que una pequeña parte de la población estudiada son analfabetos, por lo que representa un déficit para ellos, ya que no tendrán los conocimientos adecuados para el buen cuidado de su salud y sobre todo el apoyo que brinda el estado para la atención de la salud de manera gratuita con el fin de mejorar y obtener un estilo de vida adecuado para su edad.

Por otra parte, con respecto a la religión, es considerada por muchas personas, culturas, pueblos, como el simple acto de ir al templo a orar, al culto o a lugar donde las personas se reúnen a escuchar a los sacerdotes, pastores, monjes o religiosas de las congregaciones, quienes leen, orientan y dirigen a los fieles y además explican los textos sagrados (40). De la misma forma, se puede reflejar que, los adultos profesan la religión católica, es por ello que asisten como grandes fieles cada domingo de la semana para escuchar la palabra de Dios y poder agradecer todas las bendiciones que nuestro Dios les brinda, de tal manera que la religión influye de manera positiva en sus vidas mejorando sus conductas y disciplina que son reflejo de sus acciones.

En relación, al estado civil, se define como la calidad o posición permanente, en la mayoría de los casos, que ocupa un individuo dentro de la sociedad, en relación a sus vínculos familiares y que le otorga ciertos derechos, deberes y obligaciones civiles (54). Es por ello que los adultos del Pueblo Joven San Juan, son convivientes, ya que es la manera en la que ellos eligieron vivir con sus parejas y formar un hogar, de esta manera se les observa que existen planes de formalizar su relación y unirse ante los ojos de Dios y ante la ley, pero en otras situaciones solo se conforman en seguir teniendo la convivencia, ya que actualmente son libres de elegir sin ser obligados a contraer matrimonio.

Por lo contrario, una pequeña cantidad de la población estudiada, si son casados con sus parejas, ya que ellos eligieron formalizar su relación como se debe, con las tradiciones que cada familia tiene y asimismo, transmitir estas tradiciones a sus próximas generaciones; además, una parte de la población también son viudos, algunos de ellos perdieron a sus parejas, quedándose solos en esta etapa de su vidas, pero contando con el apoyo de sus familiares e hijos, aunque en algunas ocasiones podría afectar a su estabilidad emocional, como también en su estado de salud, ya que al no contar con su compañero no logrará afrontar las situaciones de la misma manera que solía hacerlo.

Con respecto a la ocupación, se define como aquel medio que el individuo realiza diariamente, y por lo que la sociedad brinda para un mejor estatus en la sociedad (55). Es por ello que los adultos del Pueblo Joven San Juan, son obreros por lo que ejecutan una labor de mucho esfuerzo físico para obtener los ingresos

necesarios para aportar en su hogar y también para su economía personal, asimismo, se puede apreciar que el rol que cumplen las mujeres como amas de casa es muy primordial y esencial, ya que es una labor que ellas realizan con el fin de tener su hogar limpio, confortable y sobre todo mantener un ambiente saludable para sus hijos y esposo. De esta manera ellas también influyen en el progreso y la estabilidad de su familia, por ejemplo, aportar con el fortalecimiento de la educación de sus hijos, la buena higiene que deben realizar y sobre todo los buenos hábitos alimenticios.

Cabe resaltar, que la labor que realizan las madres de familias en el hogar, es agotador, ya que puede causar un desgaste mental, de ansiedad y situaciones de estrés que desestabilice a la familia en general, por ello es importante resaltar el trabajo que ellas realizan con el fin de tener un hogar estable y seguro para su familia.

Por otro lado, con respecto al ingreso económico, se refiere a la cantidad ganancia que tiene el individuo o los demás miembros de su hogar en un tiempo destinado que es muy útil para solventar los gastos que hay en el hogar, como los alimentos o el arriendo de un hogar (56). Es por ello, que la población estudiada tienen un ingreso económico de 400 a 650 soles, que ni representa el sueldo mínimo que corresponde o que deberían obtener, ya que como se sabe cuentan con trabajos que no les brindan los beneficios ni las liquidaciones que desearían, de tal manera que esto puede influenciar de manera negativa en sus vidas como también en la alimentación, ya que no se darían abasto para comprar los

productos necesarios que tengan los nutrientes que cada uno de los miembros de sus hogares necesitan.

De tal forma esta situación obliga a los miembros de los hogares, quizás adolescentes culminando la secundaria, a tener la necesidad de buscar trabajo para aportar a la canasta del hogar, por lo que descuidan sus estudios y sus sueños a futuro. También no ajeno a la problemática la madre de familia atraviesa por la misma situación y tiene la necesidad que hacer lo mismo y descuidar su hogar, dejando en desamparo a los miembros de su familia, en algunas situaciones menores de edad y adolescentes provocando el descuido de su seguridad y de su alimentación.

Con respecto al sistema de salud, se define como un conjunto de entidades y organismos sociales encargados de la producción de servicios sanitarios. Se denomina sanitario a aquel servicio cuyo objetivo directo es la mejora o protección de la salud (57). Es por ello que los adultos del Pueblo Joven San Juan, cuentan con el SIS-MINSA, obteniendo los beneficios del seguro que nuestro país brinda, sobre todo sabiendo que la economía no es muy alta en los morados y de tal forma atribuir de manera positiva a sus vidas, asistiendo así al establecimiento de salud que está en su misma comunidad, aprovechando de los beneficios que brinda el Puesto de Salud San Juan por cualquier dolencia o sobre todo para prevenir las enfermedades que se puedan presentar con el transcurso de los tiempo.

Por lo contrario, un pequeño porcentaje, muestra que no cuentan con ningún tipo de seguro de salud, por lo que va afectar tanto a su economía como también a su salud, es por eso, que no contarán con los beneficios que brindan los seguros que el estado mismo brinda, y sobre todo tener en cuenta que si se presenta un accidente o enfermedad que requiera hospitalizarlos, afectará mucho a la persona porque tendrá que asumir los gastos y muy aparte dejar de asistir a su centro de labor, como también si es jefe de familia, no podrá aportar a la canasta de alimentos para su hogar.

Cabe resaltar, durante el tiempo de la pandemia de la COVID-19, las personas de dicha comunidad como en todo el mundo, atravesaron situaciones de crisis, que se vieron afectados en su estado de salud, asimismo, por los bajos ingresos económicos, alguno de ellos por no contar con los recursos necesarios se vieron obligados a salir a buscar el alimento para su hogar, de tal forma que los contagios se incrementaron obteniendo como resultado muchas pérdidas de seres queridos, es por ello, que hoy en día la promoción de la salud es fundamental para la vida de cada persona y como personal de salud, a través de las sesiones educativas, es importante que brindar la educación para conservar mejores estilos de vida, ayudando a las personas a valorar y protegerse entre ellos mismos, con el objetivo de reducir estas amenazas.

Se puede concluir, con los datos obtenidos sobre la ocupación les recomienda a las personas a buscar otros centros de trabajo en donde reciban beneficios como un seguro de salud que vele por su bienestar y el de su familia, de igual forma

con el apoyo de las autoridades de la comunidad, solicitar al Gobierno Regional trabajos para las mujeres para que puedan tener un salario y un ingreso económico que aporte en sus hogares, a través de talleres gratuitos de costuras, manualidades, reposterías. Asimismo, con el apoyo del Puesto de Salud San Juan y las autoridades de dicha comunidad, solicitar a la Red Pacifico Norte el apoyo para implementar el establecimiento con el fin de brindar una mejor atención a los moradores, de igual manera, concientizar a los moradores a reactivar su seguro de salud SIS, ya que de esta manera podrán aprovechar el apoyo que el Ministerio de Salud brinda a las personas que no cuentan con una economía estable.

En la tabla 2: Con respecto a las acciones de prevención y promoción de la salud, del 100% (130) de los adultos del Pueblo Joven San Juan, el 57,6% (75) tienen inadecuadas acciones de prevención y promoción y el 42,3% (55) tienen adecuadas acciones de prevención y promoción de la salud.

Los presentes resultados se asemejan a los presentados por Huaman J, (22). Concluye que: El 51% de los encuestados tiene inadecuadas acciones de prevención y promoción y el 49% tiene adecuadas acciones de prevención y promoción. Así mismo, los resultados difieren por Campomanes M (58). Refiere que el 79% de adultos practica actividad y ejercicio, mientras que el 21% no practica

De lo contrario, refiere con los resultados obtenidos por Ramos J, (21). En la que concluyó que del 100% de los encuestados, el 50,6% tiene adecuadas acciones de prevención y promoción de la salud, y el 49,4% tiene inadecuadas acciones de prevención y promoción. Así también, los resultados difieren a los obtenidos por Paz E, (23). En la que concluye que el 100% de los adultos encuestados tienen adecuadas acciones de prevención y promoción de la salud.

Con respecto a la alimentación saludable, es definida como aquel modelo de conducta que va dirigido a la protección como también a la promoción de la salud de la persona. Es por ello que se define como aquellas actitudes, creencias y hábitos en donde se crean destrezas defensoras para la salud, asimismo, se incluyen aquel proceso de alimentación de acuerdo a su economía, religión y cultura (59). Asimismo, con respecto a la nutrición, se define como aquel fundamento que sostiene un equilibrio en el cuerpo, para que de esta manera sea adecuada para cada persona, facilitando una barrera de protección para combatir cualquier factor negativo. Ya que una buena alimentación, está fundamentada en una dieta dichamente suficiente, adecuada, como también variada, ya que va a complementar al sexo, la edad, y sobre todo la situación de la persona, la comodidad del anciano como la labor que ejerce el adulto (60).

Por ello, es importante mencionar, que en la población se observa que muchos adultos tienen inadecuadas acciones de prevención y promoción para la salud, lo que es muy malo, ya que no están realizando un buen autocuidado para su persona y en un futuro no tan lejano estar más expuestos a diferentes

enfermedades, por lo cual con el tiempo afectarán a su estado de salud, teniendo en cuenta que tienen los conocimientos necesarios ya que día a día uno aprende cosas nuevas y sobre todo del cómo mejorar su calidad de vida, pero no obstante, se puede visualizar que estas personas como ellos mismos refieren, están más pendientes de su trabajo o de solventar los gastos del hogar, dejando de lado lo más importante que es obtener una salud óptima, pero como se observa la situación es todo lo contrario, ya que al no realizar ninguna de estas actividades están deteriorando poco a poco su estado de salud por los inadecuados cuidados que ellos mismo no practican.

Una alimentación inadecuada perjudica a la salud de las personas, deteriorando el buen funcionamiento del organismo, ocasionando a la persona enfermedades no transmisibles como la obesidad, hipertensión arterial, diabetes entre otros, por ello es importante tener hábitos saludables que aporten en la vida de las personas las vitaminas, los carbohidratos y disminuir las grasas que dañan el organismo.

Con respecto a la higiene, es definida como aquella actividad que realiza la persona para cuidar su aspecto, su limpieza y su salud, ya que contribuye a la prevención de enfermedades, y sobre todo mostrar un aspecto más saludable y limpio a la sociedad en donde habita, siendo parte de las acciones que tiene la persona en todas las etapas de su vida, con la finalidad de conservar, proteger y recuperar su estado de salud (61).

Por otro lado, las habilidades para la vida, se define como aquellos conjuntos de habilidades que le permite a la persona, a desenvolverse competentemente en diferentes momentos de su vida diaria, o como también en su entorno, a través de comportamientos dichamente saludables que le va a permitir dirigir y encaminar su vida (62).

En los resultados presentados por Guecha P, et al (28). Concluyó que el 68,8% consume alimentos saludables, mientras que, el 6,3% no saludable. En cuanto al ejercicio, refirió que el 62,5% realiza a veces ejercicio, y el 6,2 no realiza ejercicio.

Con respecto a la actividad física, se refiere aquel método que va a encaminar a un mejor estado óptimo de salud, con la finalidad de prevenir factores negativos para la vida, entre ellos, enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias, la diabetes tipo 2, cáncer, entre otras patologías (59). Por otro lado, la salud sexual, se define como aquella capacidad de disfrutar la vida sexual de una manera satisfactoria, sin riesgos de contraer infecciones como también el de procrear. Es la libertad para tomar la decisión de realizarlo o no, y la frecuencia que la persona desee. Teniendo en cuenta que deben adquirir los conocimientos sobre la planificación familiar, como también los métodos anticonceptivos de su elección, recibiendo así asesoría de los servicios de atención para la salud (60).

Con respecto a la salud bucal, se refiere al estado en el que se encuentran los dientes, si hay o no presencia de ellos, como también el estado de los tejidos blandos de la cavidad bucal, con el fin de no perturbar la salud de la persona. En especial el de los adultos mayores ya que en su mayoría no cuentan con la mayoría de la dentadura, restando la importancia del cuidado y la conservación que puede vincularse con la salud general de la persona (64).

Cabe resaltar, que no todos dejan de lado su autocuidado, por lo que están siempre pendientes en asistir al Puesto de Salud para una chequeo rutinario y de esta manera prevenir factores negativos que podrían desestabilizar su confort, por lo que siempre están teniendo una buena alimentación, realizando ejercicios diariamente, en su mayoría en los hogares, ya que de esta manera se reducen los gastos y de la misma forma poder ahorrar para cualquier tipo de necesidad que se pueda presentar, también es importante mencionar, que todos realizan buenas acciones para su higiene personal y bucal, como ellos mismos refieren para mantenerse más limpios y sobre todo es una forma de atribuir una muestra de amor para su autoestima. Por ende, es importante mencionar, que los adultos se encuentran más activos, y con más energía para la realización de sus deberes, ya que se les refleja a través del buen ánimo y el cariño que transmiten en la forma de como tratan a las personas al relacionarse.

Además, es importante atribuir como una buena acción para dicha comunidad, que las autoridades con apoyo del Puesto de Salud que dirigen y comandan la comunidad, tengan en cuenta estos factores que amenazan la salud

y el estado óptimo de sus moradores, con el fin de tomar acciones y medidas necesarias para poder mejorar la calidad de vida de cada morador, brindando los conocimientos requeridos para conductas promotoras de salud con el fin de lograr mejorar su propio autocuidado a través de la educación sobre la promoción y prevención de la salud.

Por lo tanto, es importante involucrar a las autoridades de la comunidad estudiada y al establecimiento de salud, con el fin de realizar actividades en conjunto para mejorar y elevar la esperanza de vida de los moradores a través de campañas que promuevan la salud, asimismo, se recomienda a la población informarse y buscar fuentes para enriquecer sus conocimientos y a las autoridades solicitar al Gobierno Regional el apoyo para poder financiar y tomar cartas en el asunto con el fin de poder mejorar el estado de salud de las personas. De igual manera, con el apoyo del Puesto de Salud San Juan elaborar estrategias y campañas en las cuales se puedan brindar información y prácticas saludables con el fin de elevar mejores conocimientos sobre el cuidado de salud.

En la tabla 3: Con respecto a los estilos de vida, del 100% (130) adultos del Pueblo Joven San Juan, el 64,6% (84) tiene un estilo de vida no saludable y el 35,3% (46) tiene un estilo de vida saludables.

A su vez, se asimilan a los estudios reportados por Paz E, (23). Concluyendo que: el 100% de los adultos que participaron en su investigación llevan un estilo de vida no saludable, siendo este el total de su población. De la misma manera,

los resultados asemejan a los reportados por Ordiano C, (65). En la que llega a la conclusión que: El 91% del total de encuestados lleva un estilo de vida no saludable, mientras que, sólo el 9% lleva un estilo de vida saludable.

De lo contrario, estos resultados difieren a los reportados por Ramos J, (21). En el que concluye que el 78,1% del total de encuestados lleva un estilo de vida saludable, mientras que, el 21,9% lleva un estilo de vida no saludable. Así mismo, estos resultados difieren de igual forma con los presentados por Veramendi N, (66). En la que llega a la conclusión que: El 53,3% del total de encuestados lleva un estilo de vida saludable, mientras que, el 46,7% lleva un estilo de vida no saludable.

En los resultados presentados por Guecha P, et al (28). Concluyó que el 68,8% consume alimentos saludables, mientras que, el 6,3% no saludable. En cuanto al ejercicio, refirió que el 62,5% realiza a veces ejercicio, y el 6,2 no realiza ejercicio.

La vida saludable se refiere aquellos modelos de conductas dirigidos a la promoción, como a la protección de la salud del individuo. Se refiere, también a las creencias, actitudes y aquellos hábitos en donde edifican habilidades emergentes y defensoras de la salud. Asimismo, los estilos de vida incluyen procesos de retroalimentación conforme a las peculiaridades tanto de su ambiente como de su estado económico, político y cultural (67).

Es por ello que la mitad de los adultos del Pueblo Joven San Juan, llevan un estilo de vida no saludable, siendo así un factor negativo que va a repercutir en su salud conforme pasen los años, ya que no realizan buenos hábitos alimenticios, ni tampoco ponen todo el interés por cuidar de ello, como por ejemplo, no asistiendo al centro de salud que se encuentra cerca de sus hogares, para un chequeo rutinario como es el colesterol y triglicéridos, ya que esto ayudará a controlar el exceso de grasa que tiene en su cuerpo y organismo, de esta manera el personal de salud pueda intervenir oportunamente logrando así reducir el índice de amenaza con el fin de obtener mejores prácticas saludables para beneficio de ellos mismos como también para su hogar, ya que son el ejemplo a seguir y la formación de los menos.

La mayoría de los adultos que no realizan buenos hábitos alimenticios, tienden al consumo de comida inadecuadas en bajo índice nutricional como también el de bebidas en alto índice de azúcar, por lo tanto, son adultos con sobrepeso y también obesos, ya que esto, es un factor negativo porque están más propensos a tener mayores enfermedades, como también ser conscientes de su exceso de peso ya que ingieren alimentos inadecuados, pero aun así siguen en esa rutina diaria y dejan de lado su estado de salud, siendo aquellas personas que tienen una vida sedentaria.

Asimismo, una nutrición conveniente es el fundamento para poder sostener un equilibrio en la masa corporal, para que de esta forma sea adecuada para cada uno y facilitar una barrera de protección frente a cualquier amenaza. Una buena

ingesta alimenticia debe fundamentarse en una dieta suficiente, variada, adecuada, como también completa según la edad, el sexo, la situación del individuo, la labor del adulto y la comodidad del anciano (59).

Es por ello que, menos de la mitad de los adultos del Pueblo Joven San Juan, llevan un estilo de vida saludable, esto es muy bueno para su salud como también para su estado físico y mental, llevando de esta forma la etapa de la adultez sin dificultad alguna. Por ende, los adultos estudiados refieren comer sano, además de incluir en su alimentación vitaminas esenciales para poder mantenerse fuertes y saludables, de esta forma prevenir problemas de salud como en este caso la Osteoporosis que es una enfermedad que se da en esta etapa de la adultez, también la Hipertensión Arterial, Artritis y la Diabetes. Asimismo, los adultos que mantienen buenos hábitos alimenticios se encuentran en forma y con toda la energía de realizar los deberes laborales, por otro lado, las féminas están dispuestas en realizar los quehaceres en el hogar sin la dificultad ni dolencias de sus articulaciones.

Por otro lado, la dieta se refiere a aquel grupo de alimentos que forman las costumbres de cómo cada persona se alimenta, además, de la conducta en algunos casos responsable, que se relaciona a la manera de como seleccionan, preparan y consumen los alimentos, ya que cada persona tiene una manera particular en como lo realice, por las costumbres, como también por la cultura o por la religión que profesen. Es por ello, que la forma en la que nos alimentemos será la manera

en la que definan nuestra condición nutricional y asimismo nuestro estado de salud en nuestra actualidad como también en un futuro no tan lejano (59).

Cabe resaltar, que los buenos hábitos alimenticios, van aportar de manera positiva en esta etapa de vida, los adultos que conllevan una buena alimentación, consumen en su día a día, frutas y verduras, ya que como ellos mismos refieren, son aquellos componentes esenciales para tener una vida saludable. Y de esta manera también refieren que asisten en algunas ocasiones a charlas educativas que realizan en el Puesto de Salud San Juan, para poder estar más informados y contribuir ellos mismos a su autocuidado desde sus hogares, también asisten a sus chequeos mensuales y/o dolencias que se puedan presentar en su día a día, ya que cuentan con el SIS, que es muy importante si no tienen los recursos necesarios para solventar los gastos.

Además, hacen referencia al personal de salud sobre las actividades que realizan, como las visitas a sus domicilios para poder observar cómo es su entorno y de la forma en la que afecta su estado de salud, para que ellos mismos como personal puedan ejecutar acciones de promoción y prevención, con el fin de ayudar a que obtengan una mejor calidad de vida a los moradores a través de acciones promotoras de salud.

Además, la realización de actividad física, encamina a un mejor estado de salud y colabora en el método de prevenir enfermedades entre ellas la obesidad,

algunas enfermedades respiratorias, enfermedades cardiovasculares, cáncer, la diabetes tipo 2, entre otras (59).

Por ello, es muy importante que los adultos realicen actividades físicas, de acuerdo a su edad y su condición, porque esto va beneficiar de manera positiva en sus vidas además de darles una mejor condición física. Los adultos que no realicen actividad física tendrán más problemas de salud y también acostumbraran a su cuerpo a mantenerse en estado sedentario y esto se le suma los malos hábitos alimenticios que en el futuro obtendrán más problemas como también una corta vida ya que, la actividad física estimula la circulación y la disminución de las grasas que se almacena en el cuerpo por todos los inadecuados alimentos que ingieren.

Es primordial dar a entender a los adultos del Pueblo Joven San Juan y a las demás personas que no estén en dicho estudio, que la realización de actividades ayudará a que el cuerpo no se deteriore ni se torne pesado por la falta de ejercicio ni movilidad constante, es por ello, que es importante fomentar las prácticas de dichas actividades y sobre todo inculcar toda la actitud positiva para que ellos como personas adultas puedan resolver situaciones sin dificultad, y de esta manera poder eliminar estas amenazas con más facilidad, además es importante tener presente que al desarrollar actitudes positivas puede lograr un gran cambio, y mejorar su calidad de vida , ya que de esta forma podrán realizar mejor sus actividades con la mente positiva y con toda la actitud.

Por lo tanto, se concluye que la mayoría cuenta con un estilo de vida no saludable, por ende, se sugiere a las autoridades de la comunidad que tomen conciencia de la situación que se presenta en el entorno, de tal manera poder conversar con el Puesto de Salud para buscar soluciones que se puedan ejecutar con el fin de aportar hábitos saludables para mejorar el estilo de vida de la comunidad, asimismo, con el aporte de los mismo miembros de la comunidad poder adquirir información necesaria, para que ellos mismos mejoren sus estilos de vida empezando por el autocuidado de su persona, de tal forma poder realizar practicar saludables que integren a todos los miembros de la familia, por ende ayudara a la reducción de las enfermedades a través de conductas que promuevan la salud.

En la tabla 4: Con respecto al apoyo social del adulto del Pueblo Joven San Juan, del 100% (130) adultos, el 97,6% (127) cuentan con apoyo emocional, asimismo, el 88,4% (115) tienen apoyo material, el 57,6% (75) cuenta con relación de ocio y distracción, más de la mitad cuenta con apoyo afectivo con un 98,4% (128).

Los presentes resultados obtenidos, se asemejan a los resultados reportados por Ramos J, (21). En la que llega a la conclusión que el 57,3% de los adultos encuestados si tienen apoyo emocional; así también, el 60,7% tiene apoyo material.

Así mismo, estos resultados difieren a los reportados por Paz E, (23). En la que concluyó que el 51% de los adultos encuestados no tienen apoyo emocional, mientras que, el 17,6% si tienen.

Los resultados presentados por Huamán J, (22). En la que concluye que el 84% tiene relaciones de ocio y distracción, y el 84% tiene apoyo afectivo, mientras que, el 16% no tiene apoyo afectivo.

Difieren con los reportados por Palacios G (50). Concluyó que el 59,5% no tiene relaciones de ocio y distracción y el 40, 5% si tiene. Así mismo, el 65% no tiene apoyo afectivo, mientras que, el 35% si tiene apoyo afectivo.

Con respecto al apoyo emocional, se refiere a la gentileza y al cariño, que se transmite a través de la muestra de afecto de la persona para sentirse valorado y amado, además, se refieren aquella seguridad que el individuo brinda hacia otra persona como símbolo de confianza. De esta forma lograr que el adulto tenga en equilibrio su estado emocional a través de la empatía y el amor (68).

En este presente estudio podemos observar que más de la mitad si cuentan con apoyo emocional, ya que esto atribuye de manera positiva en las vidas de los adultos, porque es fundamental contar con el apoyo incondicional de los demás, como el de sus hijos, hermanos, ya que como ellos mismos refieren, siempre tienen en quien confiar y más que nada sentir la seguridad de que alguien más les va a brindar la ayuda como también el cuidado y la atención requerida.

El apoyo emocional en esta etapa de vida, son las que más se conservan y se mantienen intactas, ya que tienen lazos de muchos años de amistad como también el de un pariente cercano. Para la persona adulta tener el apoyo emocional de quienes ellos aprecian, como ellos mismos mencionan, es obtener el amor más lindo que ellos desean porque saben que ante cualquier adversidad de la vida, pueden contar con alguien que les pueda respaldar, así mismo, saben que la confianza que ellos ofrecen es recíproca por los demás.

Además, se observa también que un pequeño grupo de la población estudiada, no puede referir lo mismo, ya que no cuentan con el apoyo que los demás si tienen, por lo que, se debe a motivos diferentes, entre ellos cabe resaltar que existe mucha desconfianza hacia los demás por, tanta maldad que existe en el mundo y sobre todo por tantos casos que suceden alrededor y entre los mismos miembros de la familia. Esto influye de manera negativa a su vida porque, al no confiar ni mostrar la empatía ni el amor hacia otra persona, los lazos se rompen y las relaciones entre las demás personas se distancian y como moradores de una misma comunidad, sería mantener una relación más alejada, entre la comunidad, ya que no estarían tan relacionados con las actividades que se puedan presentar como apoyo para ellos mismos ante una necesidad o para algún miembro de su familia, o actividades que puedan valer para los moradores que necesiten y que ellos no apoyen, por mantener distancia.

Con respecto al apoyo material, se refiere aquel apoyo, por lo cual va a ayudar a la persona directamente en las necesidades que ella requiere, no

esencialmente con respecto a lo económico (68). En el presente estudio se puede visualizar que más de la mitad si cuenta con apoyo material, por lo que es muy importante ya que, como se observa cuentan con el apoyo de los demás, así sean vecinos de su comunidad o de los mismos integrantes de su familia, de esta forma se puede decir que pueden contar con el apoyo incondicional, como por ejemplo, en sus hogares al recibir el apoyo de su pareja o esposa, ya que si ellos necesitan que les brinden ayuda, ellas de manera incondicional, harán el esfuerzo por apoyarles ya que es reciproco porque, ellos también tienen el mismo pensamiento, si alguna vez las madres de familia tienen trabajo fuera de su hogar, ellos como buenos padres se encargan de apoyarlas en casa, como por ejemplo, realizar el rol que ellas tienen, al cocinar, o ayudar en la educación si tienen niños, o como también el de limpiar y ordenar el desorden y de esta forma, cuando ellas regresan de sus deberes, puedan tener un tiempo para relajarse y disminuir el estrés.

De igual manera, se puede describir con aquellas actividades que se realiza la comunidad del Pueblo Joven San Juan, ya que, al tener la participación de todos los moradores de dicha comunidad, se observa la unión y la colaboración de todos ante cualquier dificultad o adversidad que pase. Muy aparte de que cuentan con un comité organizado, por lo que esto fortalece aún más en el crecimiento de la comunidad, ya que, realizan coordinaciones con diferentes instituciones para lograr la mejora de la comunidad y obtener un entorno adecuado, y sobre todo con el apoyo del Puesto de Salud San Juan que es

participe de algunas Campañas de Salud que de vez en cuando se ejecutan en la comunidad para el cuidado de todos los moradores y alrededores.

Asimismo, se puede observar que más de la mitad si tiene relación de ocio y distracción, ya que, se refiere a la relación con pasar tiempo con otras personas y como también al espacio de estas personas para distraerse, divertirse y relajarse (69). Es por ello, que los adultos del pueblo joven San Juan, refieren realizar diversas actividades para distraerse y mantener el estado de ánimo para que después puedan realizar sus deberes sin dificultad.

La gran mayoría de los adultos del sexo masculino, mencionan que realizan deporte, como es el futbol, y sobre todo cabe resaltar que en la comunidad hay un Polideportivo a su alcance y de esta forma es más útil de realizar actividades recreativas, ya que cuentan con un espacio para hacerlo y sobre todo con la seguridad para compartir con los demás moradores logrando así que todos estén más unidos y tengan mejor comunicación entre ellos, logrando de esta forma despejar la mente y sobre todo muy aparte de mantenerse relajados están eliminando calorías del cuerpo logrando mantenerse más saludables.

Asimismo, las del sexo femenino, también realizan diferentes actividades para relajarse, entre ellas mencionan, que juegan voleibol usando también el espacio que la comunidad tienen en el Polideportivo, también refieren realizar diversas actividades en sus hogares como es el de compartir con los demás miembros de su familia, empleando el DVD para ver una película, o haciendo

karaoke, como también repostería, de esta forma ellas realizan estas actividades con el fin de tener un espacio para descansar de los deberes y sobre todo para poder compartir con los que están a su alrededor y fortalecer ese vínculo con sus familiares e hijos.

Cabe resaltar que la comunidad del pueblo joven San Juan realizan actividades para los moradores de dicha comunidad, entre ellos como es una pequeña tradición, el de realizar el campeonato de futbol siempre en vacaciones, todos los fines de semana, ya que la mayoría cuenta con un pequeño espacio para poder ser partícipe de esta actividad, por lo que cada pasaje del pueblo Joven San Juan tiene su propio equipo de futbol, lo que hace muy emocionante el campeonato porque todos comparten y pueden tener un tiempo para eliminar el estrés laboral. Además, también realizan muchas más actividades, con la participación del Puesto de Salud San Juan, en donde ellos realizan campañas para brindar atención integral a todos sus moradores y alrededores con el fin de cuidar y velar por su salud física, mental y también su estabilidad emocional.

Por otro lado, en la población estudiada, en su gran mayoría cuenta con apoyo afectivo, ya que se refiere, aquellas expresiones de afecto y de amor que se les brinda a las demás personas por parte de un denominado grupo. Es aquel afecto que se da por parte de amigos, como también de la familia, que se manifiesta con palabras o con aquellas actitudes que van a beneficiar a aquella que se le transmite (69).

De esta forma, los moradores de dicha comunidad, refieren contar con el apoyo afectivo que necesitan, ya que eso se refleja en sus hogares, cuando comparten con sus hermanos, padres, abuelos e hijos, porque entre los mismos miembros del hogar siempre cuentan con el apoyo de que si a alguien le falta algo, el otro de una forma desconsiderada le brinda la ayuda, y si algún miembro de la familia se encuentra mal en el sentido emocional, entre ellos mismos, realizan bromas pequeñas con el fin de obtener una risa y esto expandirlo para que la tristeza y los malos pensamientos se alejen de su hogar, como también, el trato con sus vecinos, ya que comparten buenos deseos, y sobre todo los saludos cordiales y si es necesario un abrazo, como por ejemplo, cuando se celebran fiestas, entre ellas la navidad, el año nuevo, los cumpleaños, etc, pues en esos instantes se visualiza siempre el aprecio y el cariño que se le tiene a cada uno, ya que comparten risas, buenos deseos, abrazos y sobre todo la sonrisa de que viven en un ambiente en donde no se puede percibir las malas vibras, y no esencialmente esperar una fecha especial, pues siempre que se encuentran con amigos cercanos o lejanos, siempre existirá el abrazo y el saludo cordial.

Por otro lado, un pequeño grupo no cuenta con el apoyo afectivo, ya como se mencionó, siempre están distantes a las actividades que se realicen y pues están más concentrados en sus labores y obtener más ingreso en sus hogares para que no halla necesidades y puedan tener la comodidad que requieren, pero sin darse cuenta que están afectando una parte primordial para que puedan vivir de otra forma, teniendo en cuenta que es fundamental tener el amor de la familia

como también de los que nos rodeen porque a veces el estar solo, causa etapas de desolación como también instantes de depresión y no contar con alguien que les acompañe para poder salir de esas crisis y ver la vida de otra forma, sabiendo en quien confiar y en quien no, ya que ellos refieren no tener esa facilidad de dejar entrar a alguien en sus vidas ya que existen muchos factores que puedan amenazar tranquilidad.

De igual forma, la mayoría de la población del pueblo joven San Juan, cuentan con apoyo social, ya que se refiere, a la interacción entre las personas, incluyendo la forma en como expresa el afecto, en cómo se comporta, en la ayuda que brinda. Ya que, es una barrera de protección para las personas sobre aquellas consecuencias negativas, psicológicas, de momentos estresantes, como también del aislamiento social o la depresión (70). La comunidad estudiada si cuenta con el apoyo social, lo que es muy positivo en sus vidas, ya que tienen el apoyo de sus familiares, amigos, y de los que lo rodeen, brindándole así el bienestar que ellos necesitan, como también ayudando en la prevención de algunas alteraciones que puedan afectar su estado emocional, entre ellas como cabe resaltar la depresión.

Como se mencionó, un pequeño porcentaje de la comunidad, no cuenta con el apoyo social, y llega a ser el mismo porcentaje de personas que tampoco apoyan en las actividades que la comunidad realiza, siendo así un factor negativo para sus vidas, ya que se mantienen aislados de todo lo que sucede, por lo que de esta forma la comunidad tampoco considera su participación, es por ello que

va a repercutir de manera negativa, ya que si sucede algún accidente, y como estas personas no tienen la relación más cercana a los moradores, pues ellos no estarán ni atentos a lo que suceda.

Por otro lado, tampoco asisten al Puesto de Salud que están accesible para ellos mismos y no aprovechan de los beneficios que brindan de manera gratuita y las visitas que realizan si es que no pueden asistir por su condición, pero es importante mencionar que siempre el comité que dirige a la comunidad están atentos y apoyando siempre a todos los moradores, así sea con víveres, o con alguna donación que necesiten, de esta forma refieren los adultos que cuentan con el apoyo social, ya que gracias a ello ayuda a mejorar su calidad de vida, como también su autoestima, porque están respaldados por dirigentes que velan por su bienestar y sobre todo siempre están mejorando e implementando nuevos proyectos con el fin de que cada día obtener un mejor estilo de vida.

De esta manera se concluye que la mayoría cuenta con apoyo social, apoyo emocional, apoyo material y apoyo afectivo, si bien este factor es individual y nace de una misma persona, pero se ve reflejada en el trato y el apoyo que se le brinda a las personas de manera desconsiderada, de tal manera solicitar al Puesto de Salud y a las autoridades, poder formar una entidad de red de apoyo con el fin de brindar esta ayuda a quienes atraviesan situaciones que no puedan afrontar solo, logrando mejorar la confianza en ellos mismos y en su entorno ya que la comunidad es muy unidad ante cualquier crisis que puedan presentar, porque cuentan con el respaldo de dirigentes que están en constantes trabajos con el

beneficio de mejorar y hacer crecer a la comunidad. De tal manera, con el apoyo que brinden los profesionales de salud, se logrará complementar e impulsar la salud mental de las personas y fomentar actividades que brinden tranquilidad y potencialicen buenas conductas de armonía en las personas.

En la tabla 5: La relación entre factores sociodemográficos, estilos de vida y apoyo social del adulto del Pueblo Joven San Juan, se demostró que existe relación entre la religión y estilos de vida, dado que el valor es ($p < 0,05$) para que exista relación estadísticamente significativa; es por ello, que se dio como resultado $\chi^2=15,5134$ y $p\text{-valor}=0,000$. De igual forma, existe relación entre ocupación y apoyo social obtenido como resultado $\chi^2=22,4687$ y $p\text{-valor}=0,000$.

Los presentes resultados se asemejan a los obtenidos por Rodríguez A, (71) en la que concluye que si existe relación estadísticamente significativa entre religión y estilos de vida. Así mismo, los resultados reportados por Huamán J, (22). Concluyendo que entre las variables ocupación y apoyo social si existe relación estadísticamente significativa.

Sin embargo, los resultados obtenidos en esta investigación difieren a los reportados por Ordiano C, (65) en la que concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre religión y estilos de vida. De igual forma, los resultados reportados por Paz E, (23). Concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre ocupación y apoyo social.

Los factores sociodemográficos se refiere aquellas características atribuidas al sexo, edad, ingresos económicos, ocupación, educación, religión entre otros, por lo que son derivados por un individuo para el registro de información. Al mismo tiempo estas características que tiene la persona son influenciadas por las creencias y valores que tiene su entorno familiar, de este modo influye en el estilo de vida por lo que se refleja a través de acciones y comportamientos sobre determinadas situaciones que puede atravesar la persona. Es por ello que los factores sociodemográficos determinan el perfil que tiene la personas en donde refleja si tiene buenas practicas saludables como también el de mantener su estabilidad emocional, ya que esto puede afectar en la autoestima (72).

El estilo de vida describe el perfil y conductas de una vida saludable que debe de tener la persona, es por ello que se tiene conocimiento sobre las acciones y hábitos para sostener la calidad de vida y condición de la salud. Por ende, es importante que la salud y la labor de la persona sean un entorno adecuado que atribuya positivamente y no perjudique su salud como también su estabilidad emocional, ya que se refleja en el comportamiento y acciones que ejerce ante situaciones de estrés. Al mismo tiempo, mantener una vida saludable es importante para el ser humano, sobretodo porque implica asuntos como el ejercicio, alimentación adecuada, descanso, recreación y actividad social, a fin de prevenir enfermedades que amenacen su salud. (73)

El apoyo social es aquel grupo de medios materiales y humanos con lo que cuenta el individuo, con el fin de atravesar situaciones de crisis económicas, de

salud y también familiares, por ende, el apoyo social une a la persona en un entorno social para solventar necesidades peculiares. Por tal motivo, el apoyo social brinda a la persona beneficios como el de mejorar los sentimientos de angustia a nivel emocional, inclusive fomentar la mejora y estabilidad de la salud mental durante toda la vida, a condición de disminuir situaciones que amenacen su salud, como disminuir la presión arterial y los riesgos cardiovasculares, ya que en este caso estamos hablando de personas adultas, por lo que se encuentran más expuestos a todas estas amenazas (74).

Con respecto a los factores sociodemográficos se puede visualizar que no existe relación entre sexo, estilo de vida y apoyo social, por lo que es importante tener en cuenta que un buen estilo o hábitos saludables juegan un papel muy importante para los adultos, tal es el caso, la mujer pasa por distintos cambios hormonales después y antes del embarazo y con el transcurso de los años. De la misma forma, para los varones por lo que mayormente están expuestos a trabajos más pesados que requieren de buenas defensas y condiciones físicas, por ello es importante mantener un buen estilo de vida reduciendo situaciones estresantes, por ejemplo, no descansar las horas adecuadas, el exceso de trabajo, sedentarismo, el desorden de las comidas que puede perjudicar la salud del adulto y sobre todo el no beber suficiente agua, originando la deshidratación del cuerpo. Por ende, es primordial conservar tanto el hombre como la mujer un buen estilo de vida para lograr un bienestar mental, físico y social, con el fin de

que ambos sexos tengan un entorno saludable y tranquilo hasta llegar al punto de la vejez, contando así con el apoyo necesario que puedan requerir.

Por otro lado, no existe relación entre edad, estilos de vida y apoyo social, dado que es fundamental en la etapa del adulto conservar y mantener un buen estilo de vida, como lo mencionan los adultos de la presente investigación, que es primordial el conservar la salud desde temprana edad para prevenir las enfermedades y molestias en esta etapa de la vida. Es importante agregar, que no solo se basa en mantener una adecuada alimentación, sino también el de realizar actividades físicas de acuerdo a la edad cronológica, evitar el consumo de cigarrillos, mantener una buena higiene y sobre todo tener el apoyo familiar y afectivo, ya que la soledad es un enemigo en esta etapa de vida, por tal motivo es fundamental tener en cuenta el estado emocional y anímico del adulto, ya que las personas que conservan la motivación y el sentido de la vida tienen una mejor calidad de vida.

De la misma forma, el grado de instrucción es un pilar importante para las personas adultas, ya que muy aparte de ampliar sus conocimientos y culminar sus estudios, aporta también en conseguir un mejor empleo mejorando así su estilo y calidad de vida, ya que obtendrán un mejor sueldo con lo que solventarán muchas necesidades para su vida y sobre todo tener un ahorro para cualquier tipo de enfermedad o accidente que se pueda presentar en cualquier circunstancia. Cabe resaltar que, mejorando la educación en esta etapa de la vida, el adulto puede afrontar muchas situaciones y dejar de ser ignorante para resolverlas, ya

que tendrá los conocimientos necesarios para poder dar una respuesta concreta ante ellas.

No obstante, si existe relación entre religión y estilos de vida, pero no hay relación entre religión y apoyo social, por ende, es importante mencionar que los adultos son más creyente y espirituales que los jóvenes, por ello como padres de familia y abuelos, aportan diariamente a los menores del hogar consejos para inculcar buenas prácticas y comportamientos a los demás integrantes de la familia. Además, para las personas adultas mayormente a los ancianos, asistir a la iglesia es una forma de obtener tranquilidad para ellos mismo, lo que va a beneficiar de manera positiva en sus vidas ya que van a obtener una mejor salud mental y física, mejorando así su actitud, su esperanza de vida y su estado de ánimo por lo que van a conllevar a mejores resultados en el aspecto de su salud y estilo de vida.

Asimismo, no existe relación entre el estado civil y entre estas dos variables, no obstante, es primordial mencionar que en algunos casos, se observan que los adultos que atraviesan un divorcio, se dañan emocionalmente y pierde su estabilidad, por lo que tienen un estilo de vida poco favorable que les perjudica a ellos como también a los demás miembros de la familia, por ende, es importante que los adultos cuenten con este apoyo de parte de los familiares o grupos que velan por mejorar estas situaciones, con el fin de atribuir en la mejora de su salud mental y emocional, que conlleva a mejorar su estilo de vida. Por otro lado, en esta etapa los adultos jóvenes disfrutan de su soltería en algunos

casos no con los cuidados adecuados, ya que algunos no tienen buenos estilos de vida, por otra parte, algunos de ellos cuidan tanto su aspecto como también en el de mejorar día a día para superar y obtener una buena calidad de vida, tanto para ellos como para el sustento de sus padres.

De la misma manera, no existe relación entre ocupación y estilos de vida, pero si existe relación entre ocupación y apoyo social, tal es el caso de los adultos, ya que es de suma importancia tener un buen estilo de vida adecuado, por lo que es fundamental contar con un trabajo adecuado para obtener la calidad de vida adecuada. Asimismo, en el caso de aquellos adultos mayores, es importante contar con el apoyo social, ya que por su determinada edad no tienen las fuerzas necesarias para trabajar, por ello tienen el apoyo de sus familiares para obtener una vida adecuada a su edad y condición. La ocupación en esta etapa de vida es fundamental ya que son personas independientes y tienen que solventar las necesidades tanto de ellos como el de sus hijos y pareja.

Por otra parte, un buen ingreso económico es pilar para obtener un estilo de vida adecuado, ya que de esta manera el adulto podrá tener una vida tranquila, libre de preocupaciones y sobre todo tendrá el beneficio de tener una alimentación adecuada ya que no estarán preocupados por otras necesidades que falten en el hogar, y de esta manera pueden emplear este ingreso para obtener alimentos que fortalezcan sus defensas y reduzca las amenazas a su salud. Pero tal es el caso que, en su mayoría no cuentan con este beneficio por lo que se

adecuan al ingreso mensual que tienen y hacen todo lo posible en obtener beneficios para su salud, tanto en su entorno familiar como personal.

Con respecto al Seguro de Salud, no existe relación entre estas variables de estilo de vida y apoyo social, cabe destacar que es importante tener un seguro de salud, por lo que mayormente en esta etapa están más propensos a necesitar de estos servicios, con el fin de actuar de manera preventiva en beneficio de una mejor calidad de vida saludable. Por ello es importante que los adultos de dicha investigación aprovechen del beneficio que tienen, ya que cuentan con el establecimiento de salud cerca a sus hogares y de esta manera puedan emplearlos para sus exámenes médicos, consejerías u otros problemas de salud con el apoyo que les pueda brindar el Puesto de Salud San Juan.

De esta manera se concluye que los estilos de vida y el apoyo social son importantes en la vida de las personas, por ello se recomienda a los moradores de la comunidad a potenciar cada parte de sus vidas formando un espacio de tranquilidad que puedan brindar a quienes carecen de esta estabilidad, demostrando de esta manera la práctica de la solidaridad y amor al prójimo, asimismo tener en cuenta la importancia del sistema de salud, por ello se recomienda a las personas acudir a ellos y confíen con la finalidad de alcanzar mejores resultados recibiendo una mejor calidad de atención que la persona pueda requerir optando comportamientos que aporten en su bienestar.

En la tabla 6: En los resultados obtenidos de la prueba de Chi Cuadrado en relación a acciones de prevención y promoción de la salud y estilos de vida del adulto del Pueblo Joven San Juan se demostró que no existe relación entre ambas variables, ya que se obtuvo como resultado $\chi^2=2,74$ y p-valor=0,09763782.

Los resultados obtenidos se asemejan a los reportados por Huamán J, (22) en la que concluye que lo existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y acciones de prevención y promoción de la salud. Así mismo, difieren a los resultados presentados por Ramos J, (21). Concluyendo que al relacionar las variables ya mencionadas si existe relación estadísticamente significativa.

La promoción de la salud es un apoyo que sostiene la sociedad, que influye de manera positiva en las personas ya que aporta en la vida de ellos medidas saludables para mejorar y obtener una mejor calidad de vida, con el fin de transformar los hábitos y condiciones de vivir ya que intervienen de manera negativa en su salud, también es importante promover y estimular hábitos más saludables mayormente en la edad adulta ya que están más propensos a presentar más riesgos a su salud (75).

La prevención de enfermedades y la promoción de la salud son procedimientos y acciones integrales que están específicamente destinadas a las familias, de la misma forma estas intervenciones aportan en la vida de ellos ya que mejoran las condiciones de vida, con el objetivo de mantenerlos sanos para

disfrutar una vida tranquila. Por ello se promueve una vida saludable, feliz y placentera a través de programas que mantienen la salud óptima, capacitando a las personas lograr mejorar las posibilidades de autocuidados tanto para ellos como para su entorno (76).

Es fundamental tener un buen estilo de vida y con mayor prioridad en la edad adulta ya que es una manera de garantizar una vida larga y saludable, no obstante en el resultado obtenido en la prueba Chi Cuadrado se puede observar que no existe relación entre estilos de vida y acciones de prevención y promoción, es por ello que es importante mantener estilos de vida saludable, no ajeno a la realidad, los adultos de dicha investigación conservan buenas prácticas saludables, ya que tienen en cuenta la importancia de una buena alimentación y sobre todo adecuada, libre de colesterol y triglicéridos, asimismo ellos realizan ejercicios en sus tiempos libres, como por ejemplo el caso de los varones que emplean el polideportivo que está en su comunidad, para recrearse y de esta manera quemar calorías. De la misma manera sucede en el caso de las mujeres, muy aparte de mantener su hogar limpio, ellas realizan ejercicios en sus hogares y algunas que cuentan con la suficiente economía se van al gimnasio para ejercitarse y mantener un buen aspecto físico.

Además, es importante añadir que los adultos del pueblo joven conservan una buena esperanza de vida lo que es bueno ya que se encuentran más tranquilos y contentos lo que va a provocar que tengan una vida larga, amena y sobre todo saludable. Por ello, es importante considerar el estado de ánimo de la persona,

ya que estos factores influyen diariamente en su vida, dado el caso si se encuentran frustrados van a presentar cuadros de estrés, lo que va a perjudicar su estabilidad emocional y también el de influenciar en su entorno, ya que no saben controlar estas situaciones de estrés.

Asimismo, hay caso de adultos que no tienen adecuados estilos de vida, ni prácticas de prevención y sobre todo no promueven la salud, ya que a veces no disponen del tiempo necesario o solo hacen caso omiso a toda estas buenas prácticas, que con el tiempo tiene sus propias consecuencias perjudicando así su estado de salud y también su estabilidad emocional, ya que como se sabe, una vida sedentaria es carente de actividad física o también del movimiento por lo que están más propensos a sufrir problemas de salud. Además del consumo excesivo de comida chatarra, por lo que va a sumarse a esos hábitos inadecuados provocando así amenazas a su salud, como ser causantes de diabetes, sobrepeso, problemas digestivos y no ajeno a esto acompañado de fatigas y cuadros de depresión, ya que no cuentan con un buen aspecto físico por causa de una mala alimentación.

En conclusión, es importante mantener las buenas practicas saludables para prevenir enfermedades a través de la promoción de la salud, es por ello que es importante trabajar en conjunto con el Puesto de Salud san Juan y las autoridades que velan por los moradores de dicha comunidad, solicitando el apoyo del MINSA u otros sectores de salud con el fin de beneficiar de manera positiva en la vida del adulto como el de su entorno familiar, ya que ellos como miembros

de la familia seguirán esas acciones que realizarán constantemente. Por eso, es importante añadir que, si responden a esta solicitud, los miembros de la comunidad se sentirán protegidos y valorados ya que escucharon sus peticiones, de tal manera poder desempeñar buenos estilos de vida obteniendo mejores resultados con forme pase el tiempo, ya que vivirán más saludables, con menos problemas de salud y con la autoestima más alta, por ende, al tener buenos hábitos saludables contarán así con un aspecto físico que se visualizara más sano y con actitudes positivas.

En la tabla 7: En los resultados que se obtuvo de la prueba de Chi cuadrado se demostró que no existe relación entre acciones de prevención y promoción de la salud y apoyo social del adulto del Pueblo Joven San Juan, ya que se obtuvo como resultado $\chi^2=0,75$ y p-valor=0,38758016.

Los presentes resultados se asemejan a los reportados por Huamán J, (22). Concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre apoyo social y acciones de prevención y promoción de la salud. Así mismo, los resultados obtenidos difieren a los reportados por Medina R, (77) en la que concluye que si existe relación estadísticamente significativa entre las variables mencionadas.

El apoyo social y la promoción de la salud, son elementales para la existencia del individuo, por ende, es el grupo social que brinda el apoyo a las personas que lo requieren como también brindan los recursos necesarios. Es por

ello que es importante que los adultos tengan este apoyo para tener una vida cómoda y tranquila sin preocupaciones, aunque a veces las circunstancias son diferentes para algunos, ya que existen adultos que no cuentan con ese apoyo por lo que están más expuestos a tener que salir y solventar sus necesidades, dejando de lado su salud, por ende, con el tiempo son los que mayormente presentan más problemas de salud por la falta de prevención a estos riesgos.

La promoción de la salud es importante para la vida de las personas, pero en esta ocasión para los adultos jóvenes, ya que a través de las buenas practicas logran tener una esperanza de vida larga, también es importante mencionar que reduce la mortalidad, por ello es importante realizar buenas practicas saludables, tener una buena higiene personal como también tener una estabilidad emocional, ya que de esto depende de cómo vivamos día a día, porque una persona deprimida no tendrá los mismos ánimos que una persona que tiene una buena estabilidad y fortalecimiento mental.

No obstante, pese a que no exista relación entre apoyo social, prevención y promoción de la salud, los adultos si reciben estas variables, por lo que están en constantes capacitaciones sobre prevención de enfermedades y promoción de la salud, ya que algunos de ellos asistente al puesto de salud que está en la comunidad, también a las charlas que el personal de salud emite para la comunidad con el fin de fortalecer sus conocimientos de como promover la salud.

Es por eso que los adultos de dicha investigación cuentan con este medio, por lo que están menos expuestos a tener situaciones de estrés y etapas difíciles que se les puede presentar en el trabajo, en pérdidas familiares o problemas de salud que requiera este medio, por ello es importante promover buenas prácticas saludables para ayudar a reducir y saber controlar estas situaciones, por ende los adultos que cuentan con este apoyo están más aliviados emocionalmente, ya que se refleja a través de una buena actitud, estabilidad mental y en su autoestima, de esta forma están más pendientes del cuidado de su aspecto físico y de cómo lucen, también reduce los riesgos cardiovasculares y disminuye la presión arterial, es decir, gozan de una buena salud por lo que están poniendo en práctica la promoción y prevención de la salud.

Cabe resaltar, que los adultos no son de mostrar su lado débil como algunos mencionan, ya que siempre se quieren mostrar fuertes, porque es una imagen que desean conservar, pero son seres humanos que sienten que se agotan emocional y físicamente, y tienen tiempos en donde se tornan más pensativos, o un poco frustrados, ya que al no expresar esos sentimientos de frustración, hacen que la persona esté más expuesta a padecer estrés, o en algunas ocasiones a tener la presión arterial elevada que como consecuencia si no es controlada puede causar la muerte, de tal forma que los adultos a través del apoyo que la familia o una persona de confianza les brinden, debería expresar esos sentimientos acumulados para poder afrontar todas las situaciones y sentirse protegido.

En conclusión, podemos decir que los adultos cuentan con el apoyo necesario para tener buena calidad de vida, ya que cuentan con el afecto, la empatía y la aceptación. De esta manera, poder motivar a las autoridades de la comunidad y al Puesto de Salud, realizar campañas o crear talleres que se enfoque en la salud mental de los adultos y también de los menores en el hogar, para que de esta manera se logre mejorar los vínculos entre la familia como en el entorno, desarrollando un ambiente en donde se pueda vivir en paz y armonía, aportando beneficios positivos en su salud mental como física.

VI. CONCLUSIONES

- En los factores sociodemográficos: La mayoría de los adultos son de sexo masculino, son adultos jóvenes, según el grado de instrucción tienen estudios secundarios, según su religión la gran mayoría son católico, más de la mitad son convivientes, más de la mitad son obreros, según el ingreso económico en su mayoría tienen un ingreso de 400 a 650, además más de la mitad cuentan con el seguro del SIS.
- Con respecto a las acciones de prevención y promoción de la salud; más de la mitad de los adultos del Pueblo Joven San Juan tiene inadecuadas acciones de prevención y promoción de la salud, pero la mitad si cuentan adecuadas acciones.
- En los estilos de vida, más de la mitad de la población estudiada tiene un estilo de vida no saludable. Asimismo, más de la mitad de los adultos del Pueblo Joven San Juan cuenta con apoyo emocional, por otro lado, más de la mitad cuenta con apoyo material, también cuentan con relación de ocio y distracción, asimismo, en su mayoría tiene apoyo afectivo.
- Por otro lado, al realizar la prueba de Chi Cuadrado en relación entre factores sociodemográficos, estilos de vida y apoyo social, se dio como resultado que, si existe relación estadísticamente significativa entre religión y estilos de vida, asimismo, entre ocupación y apoyo

social, por otro lado, no existe relación entre sexo, edad, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico y Seguro de Salud.

- Además, al realizar la prueba de Chi Cuadrado en relación entre acciones de prevención y promoción de la salud entre estilos de vida, se dio como resultado que no existe relación entre ambas variables, de igual forma no existe relación estadísticamente significativa entre acciones de prevención y promoción de la salud y apoyo social.
- Concluyendo que es importante obtener mejores conductas promotoras de salud con el fin de mejorar la calidad de vida de los adultos, a través de estrategias que el personal de salud pueda ejecutar en la comunidad, de la misma manera poder promocionar la salud mental.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

Recomendaciones

- Ejecutar y elaborar con los resultados obtenidos de la presente investigación, actividades que se puedan realizar a través del apoyo de las autoridades de dicha comunidad con la finalidad de mejorar los estilos de vida de sus moradores, a través de actividades recreativas que involucren la actividad física, como también la alimentación adecuada y balanceada que la persona debe tener, para reducir amenazas en un futuro, logrando así mejorar su bienestar y confort.
- Realizar actividades en conjunto con el Puesto de Salud San Juan, ya que se encuentra en la misma comunidad, de esta forma poder aprovecharlo al máximo el beneficio que la comunidad tienen, para la realización de Campañas que fomenten la promoción y la prevención de la salud en el adulto con el fin de motivar a la población estudiada, a realizar sus chequeos médicos, el IMC, análisis de laboratorio, control de la presión arterial, entre otros, para tener en cuenta el estado de salud que tiene cada uno y así reducir las amenazas que puedan alterar su tranquilidad.
- Sensibilizar al personal de salud de San Juan a continuar con las visitas domiciliarias en la comunidad como en los alrededores para saber la situación en la que se encuentran la población y poder realizar intervenciones oportunas a los moradores aplicando de tal manera

la promoción y prevención de enfermedades a través de talleres que ayuden a mejorar la calidad de vida y también promocionar la salud mental.

- Coordinar con cada miembro de la familia en conjunto con el comité que dirige la comunidad estudiada, la participación de todos los moradores, para la realización de sesiones educativas sobre el apoyo social entre ellos, apoyo afectivo, apoyo material, apoyo emocional, y sobre todo relaciones de ocio y recreación, que cada uno de ellos tienen, y más que nada tener en cuenta a las personas que se mantienen aisladas de todas las actividades que se ejecutan siempre, para que tengan presente que en la comunidad hay unidad y que ante cualquier adversidad siempre tendrán en quien confiar, sintiendo el apoyo incondicional de sus autoridades que velan por el bienestar y la tranquilidad de todos sus moradores por igual.
- Motivar a las autoridades de la comunidad y a los miembros del Puesto de salud San Juan, a pedir apoyo al Gobierno Regional para la implementación de los recursos que carece dicho establecimiento con el fin de mejorar la atención de los moradores de la comunidad y alrededores, logrando que el puesto de salud no presente dificultad ante una urgencia que se pueda presentar, de tal manera demostrar a la comunidad la protección que el personal de salud les brinda para que se sientan seguros.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la salud. Actualización de la estrategia frente a la COVID-19. OMS. [Internet] Ginebra, Suiza. 2020 [citado 10 marzo 2022]. Disponible en: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/covid-strategy-update-14april2020_es.pdf?sfvrsn=86c0929d_10
2. Guevara M, et al. La promoción de la salud en el contexto de la Pandemia de COVID 19 [internet] 2021 [citado 20 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/122/12267447004/html/>
3. Organización Mundial de la Salud. La OMS y la asamblea Mundial de la Salud [internet] 2021 [citado 20 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/about/governance/world-health-assembly>
4. Ramírez, et al. Políticas públicas de promoción de salud en el contexto de la COVID-19, una aproximación desde el análisis situacional [internet] 2020 [citado el 20 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7750193/>
5. García F, et al. El derecho a la salud en tiempos de pandemia en Colombia: entre la inequidad endémica y el estado de emergencia [internet] revista Colombiana de Bioética, 2020 [citado el 20 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/1892/189264012007/html/>
6. OCHA. Venezuela: COVID-19 [internet] 2020 [citado el 20 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.examenonvenezuela.com/respuesta-humanitaria/ocha-la-covid-19-continua-afectando-los-medios-de-vida-los->

ingresos-y-el-poder-adquisitivo-de-los-hogares-mas-vulnerables-de-venezuela

7. Sinchire D. La promoción y prevención en los servicios de Salud. [internet] 2020 [citado el 20 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/la-promocion-y-prevencion-en-los-servicios-de-salud/>
8. MINSA. Tipos de pandemia 2020-2021 [internet] 2021, Lima - Perú [citado 2022 marzo 09]. Disponible en: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/05/1097064/rm_306-2020-minsa.pdf
9. Mejía C, et al. Percepción de las medidas de salud pública en Perú para frenar el avance de la COVID-19 [internet] 2021 [citado el 22 de marzo 2022]. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en;/biblio-1289440>
10. OPS. Ancash: Fortaleciendo la respuesta del Gobierno Nacional y Regional a la emergencia por COVID-19 [internet] 2020 [citado el 22 de marzo 22]. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/biblio-1177779>
11. Editora Perú. Chimbote: Hospital regional se equipa ante posible aparición de casos de variante omicron [Internet] 2021 [citado el 22 de marzo 2022]. Disponible en: <https://andina.pe/agencia/noticia-chimbote-hospital-regional-se-equipa-ante-posible-aparicion-casos-variante-omicron-874743.aspx>
12. Red de Salud Pacífico Norte. Oficina de Estadística 2019.
13. Gutiérrez L, et al. Programa para la Promoción de la Salud en el adulto mayor en las comunas 5-6 del Municipio de Villavicencio, Colombia, 2018 [Internet]

- [citado 2019 abril 28]. Disponible en:
<https://repositorio.unillanos.edu.co/handle/001/625>
14. Lluch M, et al. Efectividad de un programa de promoción y prevención en salud mental positiva en estudiantes de Grado de Enfermería, España, 2018 [Internet] [citado 2019 Mayo 12]. Disponible en:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=157193>
15. Salazar R, Puc F. Promoción a la Salud Mental y la Prevención del Comportamiento Suicida en Jóvenes a Través de la Psicoterapia Gestalt- México [Internet]. 2019. [Citado el 18 de Mayo 2019]. Disponible en: URL.
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/68992>
16. Vásquez J, et al. Promoción y prevención de riesgos psicosociales en el teletrabajo mediante App Redu. Universidad católica de Colombia. Bogotá, Colombia, 2021 [citado 11 marzo 2022]. Disponible en:
<https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/26836>
17. Pujay E. Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal- Salaverry, Trujillo, 2020 [Internet] [citado 2021 Marzo 10]. Disponible en:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19919>
18. Angles R y Malpartida L. Efectividad del programa de Promoción de la Salud y Prevención de Enfermedades Ocupacionales en el lugar de trabajo. [Trabajo académico para optar el título de especialista en Enfermería en Salud Ocupacional]. Universidad NorbertWiener. Lima- Perú. 2018. [Acceso a

Internet]. Disponible en:

<https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/2624>

19. Gomero R, Francia J. La promoción de la salud en el lugar de trabajo, una alternativa para los peruanos. Rev. Perú. med. exp. salud pública vol.35 no.1 [Internet]. 2018. [Citado el 18 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342018000100021
20. Pietrapiana F. Proyecto de intervención para la promoción de las actividades saludables de un entorno familiar durante el contexto del COVID-19, La Molina, Lima – Perú 2020. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Lima, Perú, 2020. [citado 13 marzo 2022]. Disponible en: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/653194>
21. Ramos J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilo de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven La Unión sector 24_Chimbote, 2019, Universidad Uladech Católica [citado 10 de marzo 2021], Chimbote, Perú. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19292>
22. Huaman J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilo de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019 Universidad Uladech Católica [citado 10 de marzo 2021] Chimbote, Perú. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/20017>

23. Paz E. Factores sociodemograficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilo de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano_Villa Magisterial II Etapa_Nuevo Chimbote,2019, Universidad Uladech Católica [citado 10 de marzo 2021], Nuevo Chimbote, Perú. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19515>
24. Declaración de Sundsvall. III conferencia internacional sobre promoción de la salud entornos propicios para la salud Declaración de Sundsvall. [Internet] 2018 [citado 2019 Mayo 26]. Disponible en: https://www.uv.mx/cendhiu/files/2018/02/4_declaracion_de_Sundsvall.pdf
25. De Arco, et al. Modelo de promoción de la salud en el lugar de trabajo: una propuesta. 2019 [Internet] [citado 2020 Mayo 19]. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v37n2/0121-4500-aven-37-02-227.pdf>
26. Soledad A, et al. Modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Slideshare [Internet] Chiclayo, 2019 [citado 15 abril 2020]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/ANGLICASOLEDADVEGARA/nola-pender-147264872>
27. Ministerio de Salud. Promoción de la Salud [Internet]. 2018 [citado 2019 Oct 29]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
28. Guecha P, et al. Promoción de la salud y factores que influyen en los estilos de vida saludable de los docentes del colegio Integrado Juan Atalaya según la teorista Nola Pender del 2018-A [internet] 2018 [citado el 30 de marzo 2022]. Disponible

en: <https://repositorio.udes.edu.co/handle/001/4069>

29. Cerda P. Prácticas de promoción de salud basada en el arte: Un análisis de iniciativas y experiencias. Universidad de Chile. Santiago, Chile, 2020 [citado 12 marzo 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/181029>
30. Alvarenga E. Promoción de la salud y prevención de la enfermedad. [Internet] 2018 [citado 2019 Mayo 26]. Disponible en: <https://www.scielo.org/article/rpmesp/2016.v33n2/311-320/es/>
31. Cepeda S, et al. Imagen corporal y estilo de vida (actividad física, dieta, alcohol y tabaco) de estudiantes de ciencias del deporte. Sportis Sci J. [Internet] España, 2019. [citado 18 junio 2019]. Disponible en: <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/23919>
32. Morales R, et al. Estilos de vida relacionados con factores de riesgo cardiovascular. [Internet] 2018 [citado 2019 Mayo 27]. Disponible en: https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft_2_2018/11_estilos_de_vida_relacionados.pdf
33. Parra E. Educación para la salud. Unidad de apoyo para el aprendizaje [Internet] 2018 [citado 2019 Mayo 27]. Disponible en: http://132.248.48.64/repositorio/moodle/pluginfile.php/1727/mod_resource/content/6/contenido/index.html
34. Cárdenas J, Investigación cuantitativa. Programa de trAndeS Programa de postgrado en Desarrollo Sostenible y Desigualdades Sociales en la Región Andina

- [Internet] Berlín, 2018. [citado 16 octubre 2019]. Disponible en:
https://www.programa-trandes.net/Ressources/Manuales/Manual_Cardenas_Investigacion_cuantitativa.pdf
35. Sánchez H, et al. Manual de Términos de investigación científica, tecnológica y humanística. Lima, Perú [junio 2018] [citado 2019 Mayo 27]. Disponible en:
<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
36. Álvarez A. Clasificación de las Investigaciones. Universidad de Lima [Internet] 2020 [Citado 13 de marzo]. Disponible en:
<https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/10818>
37. Rosado J. ¿Cuántos tipos de sexo existen? [Internet] 2019. [Citado el 12 de marzo 2021]. Disponible en: <https://isdfundacion.org/2019/10/09/cuantos-tipos-de-sexo-existen/>
38. Mollejo V. ¿Qué diferencia hay entre la edad cronológica y la biología? 2019 [7 de septiembre] [Internet] [Citado el 12 de marzo 2021]. Disponible en:
https://www.65ymas.com/salud/preguntas/que-diferencia-hay-entre-la-edad-cronologica-y-biologica_7806_102.html
39. Vázquez T, et al. Logro y nivel educativo alcanzado por la población – 2017. República Oriental del Uruguay [Internet]. Montevideo, Uruguay, 2018 [citado 13 julio 2019]. Disponible en: <https://www.gub.uy/ministerio-educacion->

[cultura/sites/ministerio-educacion-cultura/files/2019-12/logro-y-nivel-educativo-alcanzado-por-la-poblacion-2017.pdf](https://dx.doi.org/10.17163/soph.n24.2018.05)

40. Rincón A. La religión y la formación de la civilidad. Colección de Filosofía de la Educación, 2018 [enero – junio] [Internet] [citado el 26 de abril 2020]. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.17163/soph.n24.2018.05>
41. Trujillo E. Estado civil. Economipedia [Internet] 2020 [3 de agosto], [citado el 26 de abril 2020]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/estado-civil.html>
42. Luna I, et al. Valoración del desempeño ocupacional: factor integrador en la calificación de la pérdida de capacidad laboral y ocupacional [internet] 2021 [citado el 09 de abril 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072021000100323
43. López J. Salario medio. Economipedia [Internet] 2019 [3 de abril]; [Citado 12 de marzo 2021]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/salario-medio.html>
44. Gómez G. Efectos del Seguro Integral de Salud sobre el estado de salud: Aplicación de regresión discontinua. [Internet] [Trabajo de investigación] 2018; [citado 12 de marzo de 2021]. Disponible en: https://repositorio.up.edu.pe/bitstream/handle/11354/2196/Grace_Tesis_Maestria_2018.pdf?sequence=4

45. Cerrón A. Promoción de la salud física, mental y medidas de bioseguridad frente a la pandemia por COVID-19 en un entorno familiar, Chorrillos – Lima, 2020. Universidad Peruana de Ciencias aplicadas. Perú, Lima, 2020 [citado 12 marzo 2022]. Disponible en: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/654624>
46. Levy J. ¿Qué significa “Estilo de vida”? Tiempo de lectura [Internet] 2020 [marzo 17]. [Citado 12 de marzo 2021]. Disponible en: <https://blog.bancompara.mx/cousi/qu%C3%A9-significa-estilo-de-vida>
47. García Y. Estrés, apoyo social y representación de la enfermedad en pacientes con diabetes mellitus [enero 2020] Cuba, [Internet]. [citado 12 de marzo 2021]. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1126457>
48. Castro N, et al. Principios éticos rectores de las investigaciones de tercer nivel o grado académico en Ciencias Médicas. Revista cubana de Educación Médica Superior [Internet] Cuba, 2018. [citado 30 julio 2020]. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-989734>
49. Febre T, Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado con el comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26_Chimbote, 2019. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [Internet] Chimbote, 2020 [citado 23 marzo 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19906>
50. Palacios G. Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción

asociado con el comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “El Porvenir A” Sector 7_Chimbote, 2019. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [Internet] Chimbote, 2020 [citado 23 marzo 2021]. Disponible en:

<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/25798>

51. Depaz M. Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo Social del adulto. Pueblo Joven Primavera baja_Chimbote, 2019. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [Internet] Chimbote, 2020 [citado 23 marzo 2021]. Disponible en:

<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/25657>

52. Díez B. Cuál es la diferencia entre sexo y género, 2020 [31 de agosto]; [citado el 12 de marzo 2021]. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-53155899>

53. Rodríguez N. Envejecimiento: Edad, Salud y Sociedad. Horiz. sanitario [revista en la Internet]. 2018 Abr [citado 2020 Abr 23]. Disponible en:

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74592018000200087&lng=es.](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74592018000200087&lng=es)

54. Riofrio M, et al. Derechos emergentes del matrimonio y de la unión de hecho: Análisis Jurídico Comparativo [internet] 2021 [citado el 8 de abril 2022].

Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000800071&script=sci_arttext&tlng=es

55. Schiebener M. La ocupación como objeto y herramienta: ¿cuando la ocupación está viva? [internet] 2020 [citado el 22 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/4C7Q4SspkrHPwgSGZLqPdMq/?lang=es>
56. Manzano G, et al. Evolución de la distribución del ingreso. Argentina. 2019 [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: https://www.indec.gob.ar/uploads/informesdeprensa/ingresos_1trim199D0B4B3F26.pdf
57. Perea L, et al. Modelos de Gestión en instituciones hospitalarias, 2019. [citado 26 abril de 2020]. Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/18-36%20\(2019-I\)/54559086013/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/18-36%20(2019-I)/54559086013/)
58. Campomanes M. Nivel de satisfacción de los cuidados enfermeros en la prevención y promoción de la salud relacionado con la caracterización de los determinantes de estilos de vida de los adultos de la comunidad de “Chuyas” Pomabamba, 2019. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Huaraz, Perú. 2019 [citado 12 marzo 2022]. Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3101108>
59. Mebarak M, at. Estilos de vida saludable en adultos jóvenes damnificados por inundación. Acta de investigación psicología [Internet]. 2018 [citado 2020 Mayo 16]. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322018000200006&lng=es. <http://dx.doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2018.2.01>.

60. Calpa A, et al. Promoción de estilos de vida saludables: Estrategias y escenarios. [Internet]. 2019 [citado 2020 mayo 16]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200139
61. Sánchez O. El objeto de estudio de la higiene en textos publicados en España en el siglo XIX [internet] 2021 [citado el 22 de marzo 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2444-054X2021000600850&script=sci_arttext
62. Morales L, et at. El desarrollo de habilidades para la vida desde la promoción de salud, 2021, [citado el 21 de marzo 2021]. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1149243>
63. Obach A, et al. Salud sexual y reproductiva de hombres jóvenes en Chile: resultados de un estudio cualitativo. [Internet] 2019 [citado 2020 mayo 26]. Disponible en: <https://scielosp.org/article/rpsp/2018.v42/e124/>
64. Hernández A, et at. Promoción de la salud oral y perspectivas para 2020 de la Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. [Internet]. 2019; [citado 2020 mayo 26]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342019000400001&script=sci_arttext
65. Ordiano C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Queshcap_Huaraz, 2018. [Tesis Pre Grado] Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2018. Disponible en:

<http://bibliotecavirtualoducal.uc.cl/vufind/Record/oai:localhost:123456789->

[1528562](#)

66. Veramendi N. Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19 [internet] 2020 [citado el 22 de marzo 2022]. Disponible en: <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/1839>
67. Pajares E. Calidad de vida y apoyo social percibido en los adultos mayores del programa centro integral del adulto mayor de la Municipalidad Provincial de San Martín – Tarapoto 2019, Universidad Peruana Unión, [citado 17 mayo 2020], Tarapoto, Perú, 2019. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2528>
68. Polo E, et al. Apoyo social y tipología familiar en mujeres diagnosticadas en VIH [internet] 2021, Colombia [citado el 22 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/120/12067948007/html/>
69. Aliaga R. Apoyo social percibido por los adultos del centro integral de atención al adulto mayor Santa Anita Lima- 2019 [Tesis Pre Grado] Universidad Privada Norbet Wiener, Lima, Perú. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3225/TESIS%20Aliaga%20Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
70. Quiroga C, et al. Percepción de apoyo social y calidad de vida: la visión de personas mayores chilenas en el contexto de pandemia durante el 2020 [internet] 2022 [citado el 22 de marzo 2022]. Disponible en: <https://revistapropectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/115>

44

71. Haro R. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Pueblo Joven Magdalena Nueva Sector 2C- Chimbote, 2018. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [Internet] Chimbote, 2020 [citado 24 marzo 2021]. Disponible en: <https://bibliotecadigital.oducal.com/Record/ir-123456789-17627>
72. Martínez C, et al. Factores sociodemográficos que condicionan la sobrecarga en el cuidador primario del paciente pediátrico con leucemia en un Instituto especializado. Perú, 2018. Disponible en: <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/3969>
73. Carranco S, et al. Perfil Sociodemográfico y estilos de vida saludable en trabajadores de una empresa de agua potable y alcantarillado de México, 2019 [internet] [citado el 22 de marzo]. Disponible en: <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/816>
74. Institución Nacional de las Personas Adultas Mayores. Importancia de las redes de Apoyo Social para las personas mayores, México. 2020 [13 de febrero] [Internet]. Disponible en: <https://www.gob.mx/inapam/articulos/importancia-de-las-redes-de-apoyo-social-para-las-personas-mayores?idiom=es>
75. Universidad Internacional de Valencia. Promoción de la Salud: definición, objetivos y ejemplos. España 2018 [19 de septiembre] [Internet]. Disponible en: <https://www.universidadviu.com/int/actualidad/nuestros-expertos/promocion-de-la-salud-definicion-objetivos-y-ejemplos>

76. Oddi C. Prevención de las enfermedades. [Internet] Costa Rica, 2019 [citado 15 abril 2020]. Disponible en: <https://www.fmed.uba.ar/sites/default/files/2019-03/Pr%C3%A1cticas%20preventivas.pdf>
77. Medina R. Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven Porvenir “B” Sector 12_Chimbote, 2019. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [Internet] Chimbote, 2020 [citado 24 marzo 2021]. Disponible en: <https://bibliotecadigital.oducal.com/Record/ir-123456789-19242>

ANEXO N° 02



“ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN”



Autor: Maria Adriana Vilchez Reyes

Nombre:

Se agradece con anticipación la atención prestada.

Marque la calificación de acuerdo a las acciones de prevención y promoción:

	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		NUNCA	A	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
EJES TEMÁTICOS					
ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN					
01	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿Participan las autoridades en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?				
03	¿Ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
04	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
05	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
06	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
07	¿En los últimos 30 días consumió frutas?				
08	¿En los últimos 30 días consumió verduras?				
HIGIENE					
10	¿Se lava las manos antes de preparar y consumir los alimentos?				
11	¿Se realiza el Baño corporal diariamente?				
12	¿Se realiza el lavado de los dientes 3 veces al día?				
13	¿Mantiene limpia y en orden su ropa?				
14	¿Mantiene limpio la cocina y sus utensilios?				
15	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				
16	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
HABILIDADES PARA LA VIDA					

17	¿Sabe escuchar a los demás y se comunica abiertamente con él o ella?				
18	¿Apoya a las personas que necesitan de su ayuda?				
19	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
20	¿Incentiva la participación y el trabajo en equipo?				
21	¿Estimula las decisiones de grupo?				
22	¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
23	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
24	¿Participa activamente de eventos sociales?				
25	¿Defiende sus propios derechos?				
26	¿Ha presentado o presenta temores en su comportamiento?				
27	¿Su comportamiento es respetado por los demás?				
28	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
ACTIVIDAD FISICA					
29	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física o practica algún tipo de deporte?				
30	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
31	¿Completar la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
32	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA					
33	¿Al tener relaciones sexuales usted se protege?				
34	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
35	¿Se realiza exámenes médicos?				
SALUD BUCAL					
36	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
37	¿Regularmente se realiza exámenes odontológicos?				
38	¿Consume bebidas como gaseosas, jugos artificiales y bebidas energéticas?				
39	¿Consume tabaco u alcohol?				
SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ					
40	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
41	¿Usted piensa que no sirve absolutamente para nada?				
42	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
43	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a?				
44	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
45	¿Tiende usted a pensar que su vida es un fracaso?				
46	¿Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a?				
SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO					
47	¿Cuándo maneja usa el cinturón de seguridad?				

48	¿Cruza por las líneas peatonales o esquina, de acuerdo a las señales del semáforo?				
49	¿Utiliza el celular al conducir o al cruzar la calle?				
50	¿Usted cruza la calle con cuidado?				
51	¿Si maneja bicicleta, triciclo u moto usa casco?				
52	¿Usted camina por las veredas en vez de la pista?				
53	¿Usted solo cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
54	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				

ANEXO N° 03

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil-Ripoll, C. (2016). Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de empleados. Universitas Psychologica, 15 (4).

<http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-4.aem>

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VE CES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores					
F1. Responsabilidad hacia la salud, F2. Actividad física, F3. Nutrición, F4. Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales					
1. Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.					
2. Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.					
3. Sigo un programa de ejercicios planificados					
4. Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.					
5. Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.					

6. Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)					
7. Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.					
8. Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
9. Tomo algún tiempo para relajarme todos los días					
10. Creo que mi vida tiene un propósito					
11. Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras					
12. Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.					
13. Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.					
14. Miro adelante hacia al futuro.					
15. Paso tiempo con amigos íntimos.					

16. Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.					
17. Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.					
18. Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).					
19. Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)					
20. Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.					
21. Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.					
22. Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mí					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
23. Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados					
24. Asisto a programas educativos sobre el cuidado de salud personal.					
25. Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.					

26. Mantengo un balance para prevenir el cansancio.					
27. Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.					
28. Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo					
29. Tomo desayuno					
30. Busco orientación o consejo cuando es necesario.					
31. Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.					
32. Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas					
33. Duermo lo suficiente					
34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días					
35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.					

El Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II; Walker & Hill-Polerecky, 1996), en la versión en español con una muestra de estudiantes (Hulme et al., 2003), está compuesto por 52 ítems y 6 subescalas y utiliza un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (de 1 = nunca a 4 = rutinariamente). Los factores que componen

la escala de este estudio son: F1: Actividad física: de 8 ítems ($\alpha = 0.81$; e. g., “4.- Sigo un programa de ejercicios planificados”); F2: Crecimiento espiritual de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “12.- Creo que mi vida tiene propósito”); F3: Manejo del estrés de 8 ítems ($\alpha = 0.59$; e. g. “17.- Acepto aquellas cosas en mi vida que yo no puedo cambiar”); F4: Nutrición de 9 ítems ($\alpha = 0.64$; e. g., “20.- Como de 2 a 4 porciones de frutas todos los días”); F5: Relaciones interpersonales de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “25.- Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros” y F6: Responsabilidad hacia la salud, compuesto por 9 ítems ($\alpha = 0.74$; e. g., “21.- Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud”).

En la presente escala, el AFE se obtuvo empleando el método de extracción Promin (Lorenzo-Seva, 1999). Se usó el programa FACTOR 7.2 (Ferrando, 2005 y Lorenzo-Seva & Ferrando, 2006), dado que permite realizar el análisis utilizando matrices de correlación policóricas, que son más apropiadas cuando los ítems presentan un formato de respuesta tipo Likert (Muthen & Kaplan, 1992). Además, proporciona la posibilidad de decidir el número de factores que se deben retener a partir del análisis paralelo (Timmerman & Lorenzo-Seva, 2011). Los análisis relativos a la fiabilidad de las subescalas y a las correlaciones de los indicios de validez de la escala HPLP-II, a partir de las correlaciones de Pearson, se realizaron con el programa SPSS 20.0.

La validez de consistencia interna mediante el Análisis Factorial Exploratorio con método promin, el cual reporto 4 dimensiones y 48 ítems (ya que excluyo los otros

8 ítems por cargas factoriales de los ítems menores a 0.30). Concluyen, que el instrumento con 48 ítems es validado como versión en español.

ANEXO N° 04

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Las siguientes preguntas se refieren al apoyo o ayuda de que Ud. dispone:

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tienen Vd.?
(Personas con las que se encuentra a gusto y puede hablar de todo lo que se le ocurre).

Escriba el n° de amigos íntimos y familiares cercanos

La gente busca a otras personas para encontrar compañía, asistencia u otros tipos de ayuda ¿Con qué frecuencia Vd. dispone de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? (Marque con un círculo uno de los números de cada fila)

CUESTIONES: ¿Cuenta con ALGUIEN?	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	Siempre
2. Que le ayude cuando tenga que estar en la cama	1	2	3	4	5
3. Con quien pueda contar cuando necesite hablar	1	2	3	4	5
4. Que le aconseje cuando tenga problemas	1	2	3	4	5
5. Que le lleve al médico cuando lo necesite	1	2	3	4	5
6. Que le muestre amor y afecto	1	2	3	4	5
7. Con quien pasar un buen rato	1	2	3	4	5
8. Que le informe y ayude a entender la situación	1	2	3	4	5
9. En quien confiar o con quién hablar de sí mismo y sus preocupaciones	1	2	3	4	5
10. Que le abrace	1	2	3	4	5

11. Con quien pueda relajarse	1	2	3	4	5
12. Que le prepare la comida si no puede hacerlo	1	2	3	4	5
13. Cuyo consejo realmente desee	1	2	3	4	5
14. Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus problemas	1	2	3	4	5
15. Que le ayude en sus tareas domésticas si esta enfermo	1	2	3	4	5
16. Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos	1	2	3	4	5
17. Que le aconseje cómo resolver sus problemas personales	1	2	3	4	5
18. Con quién divertirse	1	2	3	4	5
19. Que comprenda sus problemas	1	2	3	4	5
20. A quien amar y hacerle sentirse querido	1	2	3	4	5

Resultado: (suma de los valores correspondiente)

Índice global de apoyo social: Todas las respuestas.

Apoyo emocional: Respuestas número: 3, 4, 8, 9, 13, 16, 17 y 19.

Ayuda material: Respuestas a las preguntas: 2, 5, 12 y 15.

Relaciones sociales de ocio y distracción: Respuestas a las preguntas: 7, 11,

14 y 18. Apoyo afectivo: Respuestas a las preguntas 6, 10 y 20.

Interpretación:

	Maxi mo	Med io	Min ima
Índice global de apoyo social	94	57	19
Apoyo emocional	40	24	8
Ayuda material	20	12	4
Relaciones sociales de ocio y distracción	20	12	4
Apoyo afectivo	15	9	3

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario

MOS de apoyo social en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18.

El instrumento MOS es validado en versión español para Colombia para apoyo social (punto adicional un país socio cultural parecido al nuestro)., presentaron la consistencia interna (también llamada confiabilidad o fiabilidad del instrumento) mediante el alfa de cronbach por dimensiones y escala global mostrando en la tabla2. Para la validez , utilizaron validez de consistencia interna utilizado en 2 etapas primero Análisis Factorial Exploratorio (Para evaluar si se mantienen todos los items originales por dimensiones o se excluye alguno) y luego un Análisis Factorial Confirmatorio (su mismo nombre lo dice confirma lo anteriormente realizado) , reportando los índices de bondad de ajuste (esto se muestra en el instrumento de línea de investigación) de GFI=.805, AGFI=.752, RMSEA= .097, AIC=481,89, BIC=612,57. , mostrando valores significativos concluyendo que es válido el instrumento para 4 dimensiones

ANEXO N°05

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



CONSENTIMIENTO INFORMADO:

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN
Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD:
ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO
JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019**

Yo,acepto participar voluntariamente en el presente estudio, Conociendo el propósito de la Investigación. Mi participación consiste en responder con franqueza y de forma oral a las preguntas planteadas.

El investigador se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

FIRMA

.....



ANEXO N° 06: SOLICITUD
“AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN E
IMPUNIDAD”

SR. Aguilar Marín, Alex Norman

SECRETARIO GENERAL DE LA JUNTA DIRECTIVA – PUEBLO JOVEN SAN
JUAN, CHIMBOTE

Por medio del presente, yo Sara Rivera Arevalo, identificado con DNI N° 70134428, estudiante de la carrera profesional de Enfermería de la Universidad Católica los Ángeles Chimbote, me presento ante usted Sr Alex Norman Aguilar Marín, identificado con DNI N° 33262317, con el debido respeto y expongo:

Solicito el permiso para la ejecución de mi informe de investigación de tesis cuyo título es “Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019”, tomando como muestra para la presente investigación a los adultos de dicha comunidad que deseen ser partícipes del presente informe, respetando su privacidad.

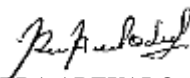
Espero se acceda mi petición en la brevedad posible para cumplir con los requisitos que requiere dicho informe para la obtención de mi título de Licenciada en Enfermería.

Sin nada más que añadir, me despido de usted.


JUNTA DIRECTIVA SAN JUAN
Alex Aguilar Marín
SECRETARIO GENERAL

Declaración De Compromiso Ético Y No Plagio

Mediante el presente documento denominado **declaración de compromiso ético y no plagio** el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. PUEBLO JOVEN SAN JUAN_CHIMBOTE, 2019** declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumpla con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.



RIVERA AREVALO, SARA

70134428

RIVERA AREVALO, SARA

INFORME DE ORIGINALIDAD

4%

INDICE DE SIMILITUD

4%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

4%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo